

# UACM

Universidad Autónoma  
de la Ciudad de México

NADA HUMANO ME ES AJENO

COLEGIO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

LICENCIATURA EN COMUNICACIÓN Y CULTURA

**El impacto que tienen los estereotipos de belleza en el amor  
propio  
de las mujeres de entre 20 y 25 años. Portafolio artístico de  
collages  
La serpiente en la que me enredo.**

TRABAJO RECEPCIONAL. PRODUCTO COMUNICATIVO  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
**LICENCIADA EN COMUNICACIÓN Y CULTURA**

PRESENTA

**Ameyatzi Tahili Avila Gonzalez**

Directora del Trabajo recepcional. Producto comunicativo

**Mtra. Alma Rosa Erazo Ordaz**

Codirectora

**Mtra. Tania Barberán Soler**

Ciudad de México, noviembre de 2024.

## SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



## UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

### RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

### DERECHOS RESERVADOS<sup>©</sup>

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

## ÍNDICE

<b>Introducción</b>	<b>3</b>
<b>Capítulo 1. El problema de encajar en un estereotipo social de belleza.</b>	
<b>1.1 Objeto de estudio</b>	<b>6</b>
<b>Capítulo 2. Para ser bella, hay que ver estrellas.</b>	
<b>2.1 Una imagen subalternizada</b>	<b>16</b>
<b>2.2 Amor propio</b>	<b>22</b>
<b>2.3 Persona colonizada</b>	<b>27</b>
<b>2.4 Belleza eurocéntrica</b>	<b>30</b>
<b>2.5 Mutilación corporal con base en el photoshop</b>	<b>33</b>
<b>2.6 ¿Cómo me veo?</b>	<b>40</b>
<b>2.6.1 La cirugía plástica en referencia al cuerpo de la mujer</b>	<b>40</b>
<b>2.6.2 ¿Qué uso le doy a mi máquina?</b>	<b>42</b>
<b>2.6.3 La imagen que se tiene sobre el cuerpo</b>	<b>44</b>
<b>2.6.4 La belleza cuesta... Y duele</b>	<b>46</b>
<b>Capítulo 3. Cinco chicas contra la sociedad y ¿ellas mismas?</b>	
<b>3.1 Cinco mujeres luchando contra los estigmas de belleza</b>	<b>52</b>
<b>3.2 Historias de vida en relación con una belleza estereotipada</b>	<b>61</b>
<b>Capítulo 4. El ensamblaje de un cuerpo modelo</b>	
<b>4.1 Un portafolio artístico y sus collages</b>	<b>65</b>
<b>4.2 Historias de vida en una imagen</b>	<b>70</b>
<b>4.3 Estado del arte del medio fotográfico y portafolio artístico</b>	<b>72</b>
<b>4.4 Bitácora del proceso de realización del producto comunicativo</b>	<b>89</b>
<b>4.5 Presentación del producto comunicativo</b>	<b>96</b>
<b>4.6 Reflexiones finales</b>	<b>105</b>
<b>4.7 Bibliografía</b>	<b>108</b>

## Introducción

Los estereotipos sociales de belleza se pueden definir, a grandes rasgos, como las reglas corporales que se imponen socialmente en cualquier territorio geográfico, con las cuales las personas se ven orilladas a cumplir para poder ser aceptados en dicha sociedad y poder adquirir un papel con poder que les dé plusvalía en ese entorno.

En México, estas reglas sociales en relación con los estereotipos sociales de belleza han ocasionado que las mujeres y hombres sientan la necesidad de hacer modificaciones corporales sin importar el riesgo que estas conllevan, con la finalidad de acercarse lo más posible a lo que es considerado “bello”, un cuerpo delgado, alto, de piel, ojos y cabello claros. Tan solo en la República Mexicana la tasa de bulimia y anorexia ha tenido un incremento considerable en los últimos 20 años, esto según la Cámara de Diputados de la Ciudad de México (2019). De la misma forma, las cirugías plásticas son cada vez más populares, como la liposucción, en donde ha habido casos en los que las personas llegan a morir dentro del quirófano o a tener complicaciones en la recuperación de dicha intervención estética.

Los estereotipos sociales de belleza son algo que ataca la mentalidad y la salud de esta misma en cualquier persona que se encuentre vulnerable y que absorba estos mensajes negativos corporales que se transmiten consecutivamente en los medios de comunicación masiva. Es un tema que conlleva una problemática que, afortunadamente, se está haciendo cada vez más visible y hay personas que trabajan para deconstruir el mensaje corporal que se ha ido narrando e idealizando en nuestra sociedad a lo largo de los años.

La pregunta central de esta investigación es ¿Qué impacto tienen en su amor propio

y autoestima los estereotipos sociales de belleza en las jóvenes de la CDMX de entre 20 y 25 años?. La hipótesis central es que la imagen corporal femenina ha sido cosificada y hegemonizada, provocando así que algunas mujeres caigan en contradicciones con respecto a cómo se perciben ellas mismas y cómo perciben a las mujeres que ven, ya sea en televisión o en redes sociales; ese tipo de cuerpo que en la actualidad se observa llega a causar un anhelo corporal en las mujeres que consumen el contenido visual que se nos presenta día tras día en el colectivo social. El objetivo central es conocer el impacto que tiene en el amor propio los estereotipos sociales de belleza en las jóvenes de la CDMX con una edad de entre 20 y 25 años en el año 2022.

Para llevar a cabo el estudio, el trabajo se ha estructurado en cuatro capítulos. En el Capítulo 1 *El problema de encajar en un estereotipo social de belleza*, se efectúa la problemática del tema, los objetivos, las preguntas de investigación, el supuesto de partida en relación con el tema y las justificaciones que se consideró necesarias para la realización de esta investigación. En el Capítulo 2 *Para ser bella, hay que ver estrellas*, se habla sobre los conceptos importantes que nos llevan a comprender el tema de la belleza en la sociedad actual y comprender desde qué punto de partida pueden haber nacido estos mismos, definiendo y explicando cada uno desde el punto de vista de diferentes autores que hablan sobre corporalidad y cultura, además de integrar tesis de personas que han hecho estudios similares a este y que fueron de ayuda para nutrir esta investigación, así como videos e imágenes que documentan los riesgos y la alteración visual que pueden ocasionar los estereotipos sociales de belleza en las personas. En el Capítulo 3 *Cinco chicas contra la sociedad y ¿ellas mismas?*, se hace la presentación de las cinco chicas participantes que dieron autorización para realizar collages artísticos con fotografías

tomadas de sus redes sociales, principalmente Facebook, en este capítulo también se explica la metodología que se llevó a cabo para esta investigación. Finalmente en el Capítulo 4 *El ensamblaje de un cuerpo estereotipado*, se explica el proceso artístico que se llevó a cabo a lo largo de este proyecto, las decisiones que se tomaron para llegar a la conclusión de que este escrito tuviera como complemento un portafolio artístico en donde se tuviera la oportunidad de explicar visualmente los sentimientos y emociones que las chicas participantes tienen en relación con los estereotipos sociales de belleza; en este apartado se explica lo que es un collage y se muestra a los creadores de contenido y artistas que fueron inspiración para la creación de esta investigación.

## **Capítulo 1**

### **El problema de encajar en un estereotipo social de belleza.**

#### **1.1. Objeto de estudio**

##### **Planteamiento del problema de investigación**

En este producto se habla sobre los estándares de belleza actuales y qué impacto tienen estos en las mujeres jóvenes de entre veinte y veinticinco años. Principalmente el amor propio y la autoestima se puede considerar que son temas de los cuáles no se suele hablar con frecuencia y menos si algún individuo los llega a sentir en decadencia o cree que hay banalidad y superficialidad sobre ello debido a lo que la sociedad impone, por lo cual se considera que estos van ligados a la proyección que cada ser humano tiene sobre sí mismo y se ven influenciados por imágenes “perfectas” que se proyectan en medios de comunicación masiva.

Es importante mencionar que la sociedad genera opiniones sobre las cosas que observa, escucha o siente, siendo estas una forma de crítica que significa el cuestionamiento de lo que sus sentidos les muestran. Los seres humanos son seres razonables con la capacidad de crear preguntas y buscarle a estas mismas respuestas; estos cuestionamientos comienzan a afectar a terceras personas cuando las respuestas que se encuentran pretenden que sean las únicas respuestas posibles a existir, siendo que la capacidad intelectual y las vivencias de cada individuo son completamente diferentes y pueden ocasionar réplicas distintas.

En este sentido la crítica implica, como bien diría Hugo Zemelman (2011), un movimiento del pensamiento, una lógica de razonamiento que trasciende la racionalidad científica y se desplaza, como ya se dijera, a una racionalidad dialéctica e histórica. Lo dicho nos lleva a considerar las condiciones de operar con un pensamiento

complejo, propio de sus funciones superiores, como son el pensar categorial y la interpretación. (Quintar, Estela. Crítica teórica, crítica histórica: las paradojas del decir y del pensar. 2018. pp4)

En la actualidad, socialmente cada individuo genera una opinión propia con respecto al aspecto físico de una persona o a la manera de pensar de esta misma, con esto, se origina mayor importancia y peso a la crítica social sin importar que la participación de las personas que opinan de cuerpos ajenos ocasione daños psicológicos o hasta físicos en alguna persona.

Indudablemente, hablar de crítica es convocar una larga tradición de pensadores de origen europeo y latinoamericano, que nos han dejado un legado enorme en relación con la cuestión del conocimiento. Pensadores de su época que vislumbraron las exigencias de reflexionar más allá de lo dado y de las verdades instituidas por el orden dominante; y, por ende, en estrecha relación a esta problemática del conocimiento como práctica política. Esto compromete, inevitablemente, la manera de operar con el pensamiento como así también la de asumir una postura epistémica que siempre es política. (Quintar, Estela. Crítica teórica, crítica histórica: las paradojas del decir y del pensar. 2018. pp 3)

La crítica es fundamentada por el hecho de que se nutre de distintas ideologías que se han tenido al pasar de los años para así poder posicionarse dentro de una jerarquía de poder, y con esto reflejar quién tiene mayor derecho de ser y quién no. Esto provoca una acción de poder en la opinión pública, la cual absorbe la idea de que los estereotipos sociales de belleza son lo único válido y correcto, obligando así al individuo a someter al otro que no logre cumplir con alguna norma dictada por un pensamiento hegemónico.

Por otro lado, la idea que tiene la sociedad mexicana sobre la belleza es una crítica

que se origina por un pensamiento eurocentrista,<sup>1</sup> Se piensa que una mujer bella debe ser alta, delgada, rubia, con ojos y cabello claros, el problema viene cuando esa idea es impuesta en un grupo social donde por raza no es posible cumplirlo.

Hay una novedad, incluso en su repetición, la guerra toma nuevas formas, asume ropajes desconocidos. Y no es casual la metáfora textil: su principal bastidor en estos tiempos es el cuerpo femenino. Texto y territorio de una violencia que se escribe privilegiadamente en el cuerpo de las mujeres, cuerpos frágiles, ya no guerreros, a partir de los cuáles se amenaza al colectivo en su conjunto. (Segato, Rita Laura. Las nuevas formas de la guerra y el cuerpo de las mujeres. pp 1)

Aun así se desarrolla un sentimiento en las mujeres para verse obligadas a ser físicamente de esa manera, como si el intelecto y habilidades no tuviera lugar en el mundo, solo por ser diferentes a este estándar.

La cirugía plástica, es una de las opciones que las personas buscan para poder alcanzar y cumplir con estos estándares de belleza, se someten a procedimientos quirúrgicos poniendo en riesgo sus vidas y esto a nivel global es una cifra demasiado alta y riesgosa por país.

Los procedimientos quirúrgicos más comunes en todo el mundo se mantuvieron sin cambios durante 2020. El aumento de senos constituyó el 16 % de todos los procedimientos, la liposucción el 15,1 %, la cirugía de párpados el 12,1 %, la rinoplastia el 8,4 % y la abdominoplastia el 7,6 %. Los cinco procedimientos no quirúrgicos más importantes también se mantuvieron constantes: toxina botulínica (43,2 % de todos los procedimientos no quirúrgicos), ácido hialurónico (28,1 %), depilación (12,8 %), reducción no quirúrgica de la grasa (3,9 %) y

---

<sup>1</sup>Eurocentrismo, según Anibal Quijano es “la clasificación social de la población mundial sobre la idea de la raza, una construcción mental que expresa la experiencia básica de la dominación colonial y que desde entonces permea las dimensiones más importantes del poder mundial, incluyendo su racionalidad específica, el eurocentrismo.” (Quijano, Anibal. 1992).

fotorrejuvenecimiento (3,6 %). Cerca del 85 % de los procedimientos no quirúrgicos se realizaron en mujeres. (ISAPS. 2020)

Las cirugías plásticas, también son motivo de muerte en personas que se someten a estos procedimientos estéticos, un estudio de ASAPS (Asociación Americana de Cirujanos Plásticos, por sus siglas en inglés) lanza que cada año se presentan 20 muertes por cada 100,000 lipoaspiraciones. (AMCPER. 2019)

Aunada a esto, las empresas dedicadas a la belleza también han ayudado a aumentar las inseguridades de las mujeres bombardeando los medios de comunicación con personas que “encajan”, subalternizando a las que no lo hacen. Tratan de convencer a la sociedad de consumir sus productos.

Aunque no hay un número que nos diga la cantidad de mujeres que se someten a depilaciones láser o blanqueamientos de piel en América Latina, es muy común verlo en chicas que promueven este tipo de acciones en redes sociales, recomendando productos y lugares donde pueden someterse a estos tratamientos tan dañinos

Además de ser los procedimientos estéticos un riesgo, se puede notar que la obsesión de lucir “perfectas” se lleva más allá de cuestiones que pueden ser llevadas únicamente por un médico especializado en la belleza; según un artículo de la cámara de diputados, en México la anorexia y la bulimia han aumentado en los últimos veinte años un trescientos por ciento.

En México la necesidad de tener un cuerpo delgado causa mucha problemática en el ideal de la mujer, ya que, muchas féminas han optado por poner en riesgo su salud al no ingerir alimentos o provocando el vómito y así conseguir no subir de peso y con esto ser mejor aceptadas socialmente.

La OMS hace referencia a que estos trastornos alimenticios ya son considerados

una afectación a la salud mental, ya que el objetivo de estas es lograr un cuerpo como el que se ve en los medios de comunicación masiva. (Cámara de diputados. 2019)

Se destaca que sólo en México, existen alrededor de veintidós mil casos de trastornos alimenticios y estos son principalmente detectados en las mujeres jóvenes y hasta en niñas, esto debido también a lo que se consume en redes sociales, en donde solemos ver fotos de mujeres muy delgadas y hermosas.

Un primer diagnóstico del impacto que tienen los estereotipos sociales de belleza en las jóvenes mexicanas de entre 20 y 25 años en su amor propio, permitió observar que las mujeres si han sido afectadas emocionalmente por estos estándares de belleza inalcanzables.

Entre las situaciones que se identificaron con las mujeres entrevistadas fueron:

- El pensamiento de que algo está mal con su cuerpo, y con ello la idea de que deben someterse a algún tipo de procedimiento estético para poder mejorar aquello que la sociedad nos ha dicho que no está bien y que por ende no es bien visto.
- La inseguridad que se tiene por el tono de piel y estatura, esto da pie a la desvalorización que se puede llegar a vivir solo por el hecho de no “encajar” socialmente, por no verse como la sociedad ha dictado que debe de ser.
- El deseo de ser delgada, causando en estas mujeres inseguridades y sentimientos de inferioridad, obligándolas a realizar dietas y ejercicios excesivos para poder mantener un cuerpo esbelto sin importar que pongan su salud en riesgo.
- El inicio de sus inseguridades comenzó cuando apenas eran unas niñas pequeñas, esto revela que como sociedad estamos mal encaminados con el

concepto de lo que es bonito, esto lleva a que al ser adultos se generan a nivel salud mental problemas que ocasionan ansiedades y depresiones.

- El pensamiento constante de que lo blanco es sinónimo de éxito. Se les han negado trabajos por ser mujeres morenas, o se les ha pedido favores sexuales a cambio de darles un reconocimiento. Solo por ser morenas y no “encajar” en la sociedad, las cosifican.

El ideal de belleza en la actualidad que lleva la sociedad no solo afecta laboralmente, afecta la vida en general, se infravalora a la persona solo por ser de estatura baja, piel morena, cabello y ojos oscuros. El amor propio, ni siquiera podemos definir que es el tenerlo, culturalmente se ha enseñado a odiar el cuerpo desde que se es pequeño, se dicta una regla que dice que es lo que está mal y que, sólo cumpliendo los estándares de belleza, quizá, se pueda llegar a tener una vida un poco mejor, pero nadie lo asegura.

### **Ruta metodológica**

Se realizó una investigación teórica que explique el concepto de cuerpo y estándares de belleza, aunado a esto se realizan entrevistas con enfoque metodológico cualitativo en donde no se busca recaudar números, lo que se pretende es entender y acercarse a cinco mujeres que decidieron participar y contar sus procesos de vida para poder lograr aceptar su cuerpo.

Esto será con la finalidad de mostrarle a todo aquel que esté interesado en observar y analizar este texto y portafolio artístico, que hoy somos las versiones más jóvenes de toda nuestra vida, y no debemos desaprovechar pensando y tratando de cumplir estándares de belleza inalcanzables para nuestra sociedad y procedencia.

## **Preguntas de investigación**

### **General**

- ¿Qué impacto tienen en su amor propio y autoestima los estereotipos sociales de belleza en las jóvenes de la CDMX de entre 20 y 25 años?

### **Específicas**

- ¿Existe algún tipo de presión social hacia las mujeres de entre 20 y 25 años en la CDMX para cumplir con los estándares de belleza que reproducen los medios de comunicación?
- ¿Cuál es la opinión de las jóvenes en relación con los estereotipos de belleza que impone la sociedad en la CDMX en 2022?
- ¿Cuál es el impacto que tiene en el amor propio los estereotipos sociales de belleza, en las jóvenes de la CDMX, en edad de entre 20 y 25 años en el año 2022?

## **Objetivos**

### **General**

- Conocer el impacto que tiene en el amor propio los estereotipos sociales de belleza en las jóvenes de la CDMX con una edad de entre 20 y 25 años en el año 2022

## **Específicos**

- Identificar el amor propio conforme a los estereotipos sociales de belleza en las jóvenes de entre 20 y 25 años en la CDMX en 2022
- Describir la opinión de las jóvenes en relación con los estereotipos de belleza que impone la sociedad en la CDMX en 2022
- Reflexionar sobre la percepción de las jóvenes en relación con el amor propio en la CDMX en 2022

## **Supuestos de partida**

La imagen corporal femenina ha sido cosificada y hegemonizada, provocando así que algunas mujeres caigan en contradicciones con respecto a cómo se perciben ellas mismas y cómo perciben a las mujeres que ven, ya sea en televisión o en redes sociales; ese margen de cuerpo que en la actualidad se observa llega a causar un anhelo corporal en las mujeres que consumen el contenido visual que se nos presenta día tras día en el colectivo social, por ejemplo mujeres con labios gruesos, caderas anchas, glúteos y senos prominentes, etc... A las mujeres que cumplen estas normas de belleza hegemónica se les considera personas muy atractivas; lo que ocasiona que las mujeres que no cumplen estos estándares tengan el anhelo de ejecutar estos cuerpos estereotipados viendo viable la opción de la cirugía; poniendo así la salud física y mental en riesgo.

## **Justificación (personal, social, académica)**

Los problemas en el amor propio de las mujeres de la CDMX de entre 20 y 25 años, no se encuentran ajenos a los estigmas y presiones sociales respecto a los estándares de belleza que se viven y consumen día con día. Esto es solo la

consecuencia de un pensamiento eurocentrista y una subalternización debido a las diferencias que existen entre razas, lo cual afecta cotidianamente la salud emocional de las jóvenes al no cumplir con estándares de belleza implantados por la sociedad.

## **Personal**

En el aspecto personal, se eligió este tema debido a que es una problemática que está muy latente entre las y los jóvenes actualmente, los estándares de belleza no distinguen de edad, tamaños y/o formas, llegan a tocar las fibras más sensibles de las personas causando inseguridades que posiblemente no se imaginaban tener.

El estudio pretende ayudar y guiar a personas que estén pasando por situaciones similares a las expuestas en este trabajo, sobre todo en la mejora del amor propio en las jóvenes de la CDMX de entre 20 y 25 años que han tenido que pasar por situaciones discriminatorias y han sido deshumanizadas por no cumplir el estándar de belleza hegemónico.

## **Social**

El diagnóstico sobre el amor propio de las jóvenes de la CDMX de entre 20 y 25 años, busca mejorar la percepción personal que se tiene de uno mismo, con el fin de proporcionar herramientas con las cuales las jóvenes puedan amarse a sí mismas y respetar su persona, erradicando así el pensamiento eurocentrista implantado por la sociedad y los medios de comunicación masiva.

Las mujeres deberían sentirse capaces de lograr sus objetivos mediante su potencial humano, sin que su raza o género sea un impedimento para esto. De esta

forma el amor propio creará una idea en la cual una persona sería vista por sus cualidades y no por cómo luce físicamente, creando así una persona que explota sus habilidades y vive sin prejuicios.

La presente investigación es viable, pues se dispone a mostrar la indiferencia que se plasma entre la variedad de cuerpos y razas entre las mujeres, con la finalidad de que distintas personas puedan tomar ideas de este trabajo y puedan continuar o nutrir investigaciones futuras con base a la indagación emocional que se analizó en diferentes mujeres jóvenes con respecto a los estándares de belleza implantados por una sociedad patriarcal y con una idea aún colonizada por el poder.

### **Académico**

Se puede decir que este trabajo pretende ser una de las ramas u hojas de las extensas investigaciones que se han hecho con respecto al cuerpo y la vulnerabilidad que se llega a sentir en este a través de las críticas y el juzgar de la demás gente.

Este proyecto da pie a la retroalimentación personal y escolar, se hace mención sobre libros que hablan en específico de la discriminación y la hegemonía corporal que se ha ido reproduciendo de generación en generación y se dan ejemplos visuales de lo que puede llegar a afectar estos estereotipos a una persona si no se actúa a tiempo.

## **Capítulo 2**

### **Para ser bella, hay que ver estrellas**

A continuación, se habla más a profundidad de los conceptos que son pertinentes mencionar para poder plantear de manera más abierta y completa la relación del amor propio y las mujeres, y como puede verse afectado el bienestar emocional de las personas debido a la imposición de algún tipo de poder social.

Como ya es bien sabido, la mujer ha tenido que vivir luchas constantes para poder ser vistas ante una sociedad patriarcal, esto porque han sido denigradas y menospreciadas a lo largo de su existencia y desde muchos años atrás; esto es lo que en este proyecto se busca hacer visible para lograr una reflexión ante la visión que tenemos sobre la belleza en nuestra actualidad.

#### **2.1 Una imagen subalternizada**

Este apartado se inicia con la explicación de cómo es que el capitalismo y la colonización en el mundo han ayudado a incrementar los pensamientos hegemónicos y de poder sobre una sociedad subalternizada, y como desde hace mucho tiempo los estándares de belleza ya tenían un poder sobre la imagen corporal de las personas que pretenden sobresalir en un lugar donde no se les permitía debido a las normas sociales de belleza que se estaban creando y adaptando en el mundo.

Dentro de una sociedad en donde el concepto de belleza puede verse de una manera hegemónica, existen distintos conceptos que pueden ayudarnos a explicar y a descifrar cómo es que estas ideas se desenvuelven dentro de las sociedades que abarcan un mundo que por muchos años ha ido en constante cambio, pero que a

veces parece que se puede detener un poco en la visualización corporal y así dañar el concepto que las personas puedan llegar a tener sobre ellos mismos frente al mundo.

La colonialidad (según Quijano, este es un patrón de dominación propio del sistema mundo moderno/capitalista) puede causar denigración, explotación y discriminación en aquellas personas que a lo largo de la historia no han sido aceptadas por su aspecto físico, estos individuos llegan a verse orillados a vivir con esta imposición social sin poder aspirar a ser diferentes, esto debido a los ejercicios de poder que se siguen manejando en muchas partes del mundo.

Uno de los ejes fundamentales de ese patrón de poder es la clasificación social de la población mundial sobre la idea de raza, una construcción mental que expresa la experiencia básica de la dominación colonial y que desde entonces permea las dimensiones más importantes del poder mundial, incluyendo su racionalidad específica, el eurocentrismo. Dicho eje tiene, pues, origen y carácter colonial, pero ha probado ser más duradero y estable que el colonialismo<sup>2</sup> en cuya matriz fue establecido. Implica, en consecuencia, un elemento de colonialidad en el patrón de poder hoy mundialmente hegemónico. (Quijano, Anibal. Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina. 1992. pp201)

A lo largo de la historia, las personas que ejercen el poder han dividido a las personas con base en una selección social, lo hacen en grupos dependiendo el estatus económico, si se es blanco, negro, moreno, amarillo, etc., si se es mujer u hombre, si se es más o menos que el otro.

Estos patrones de denigración en la sociedad han pasado a ser una norma social,

---

<sup>2</sup> Colonialismo: Este concepto se refiere a un país que domina un territorio extranjero.

Área del no ser: Según Franz Fanon, el área del no ser quiere decir que los derechos que se tienen en las colonias, o donde la burguesía habita, no son los mismos que en aquellas zonas en donde hay territorios atrasados, como las favelas, comunidades de pueblos originarios.

la cual puede llegar a ser muy difícil de modificar, claro que no es imposible, pero culturalmente es algo que ya se ha enseñado, aprendido a vivirlo y repetirlo de tal manera que hasta entre personas de color hay discriminación.

Con el tiempo, los colonizadores codificaron como color los rasgos fenotípicos de los colonizados y lo asumieron como la característica emblemática de la categoría racial.(Quijano, Anibal. Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina.1992. pp203)

Como persona, muchas veces no importan las capacidades intelectuales, las habilidades sociales o la personalidad que se pueda llegar a tener, en muchos casos la imagen física que se transmite hacia la sociedad es lo que da mayor valor al momento de querer pertenecer a cierto grupo social.

En la medida en que aquella estructura de control del trabajo, de recursos y de productos, consistía en la articulación conjunta de todas las respectivas formas históricamente conocidas, se establecía, por primera vez en la historia conocida, un patrón global de control del trabajo, de sus recursos y de sus productos. Y en tanto que se constituía en torno a y en función del capital, su carácter de conjunto se establecía también con carácter capitalista. De ese modo se establecía una nueva, original y singular estructura de relaciones de producción en la experiencia histórica del mundo: el capitalismo mundial. (Quijano, Anibal. Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina.1992. pp 204)

El salario también es dividido por estas elecciones sociales que se formaron desde el concepto de la raza, aquellos que tenían el poder en siglos pasados era la gente blanca, los que tenían el dinero y la ventaja en la vida en todo sentido, eran aquellos

que eran considerados capaces de poder ser líderes, y esto era definido con base en su físico y herencia cultural. (Federici)

Las personas, ya sean morenas, amarillas, negras o rojas, muchas veces ven complicado tener un buen empleo, debido a que no son consideradas capaces intelectualmente de poder llevar cargos que generen poder. Si observamos a las compañías grandes, en ocasiones prefieren que el líder, el director, el dueño de estas empresas, sea una persona que impone, y esta persona no impone por sus capacidades o habilidades, esto lo hace por su estructura física.

Nacimos, crecimos y aprendimos a repetir una idea, un pensamiento y una forma de vida hegemónica, que nos hizo sentirnos inferiores sin serlo.

Con todo esto, el capitalismo logró aprovecharse y adueñarse de esos seres humanos que tenían necesidad, que tenían familia y que la única salida que veían era la de trabajar en lugares donde el sueldo era mínimo pero la violencia, la discriminación y la subalternización eran extremistas.

En el curso de la expansión mundial de la dominación colonial por parte de la misma raza dominante -los blancos (o a partir del siglo XVIII en adelante, los europeos)- fue impuesto el mismo criterio de clasificación social a toda la población mundial a escala global. En consecuencia, nuevas identidades históricas y sociales fueron producidas: amarillos y aceitunados (u oliváceos) fueron sumados a blancos, indios, negros y mestizos. Dicha distribución racista de nuevas identidades sociales fue combinada, tal como había sido tan exitosamente lograda en América, con una distribución racista del trabajo y de las formas de explotación del capitalismo colonial. Esto se expresó, sobre todo, en una cuasi exclusiva asociación de la blanquitud social con el salario y por supuesto con los puestos de mando de la administración colonial. (Quijano, Anibal. Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina.1992. pp 205)

Anteriormente, hubo división únicamente por personas negras y blancas, las personas morenas no existían, en la actualidad hay variaciones en este concepto de raza en donde ya hay más ramas de colores, pero todas pertenecientes a un área donde aún siguen siendo menospreciadas.

Por otro lado, en un artículo de nombre “Colonialidad y género” escrito por María Lugones, se narra cómo las mujeres han tenido que sobrevivir a estos ejercicios de poder y cómo han tenido que luchar contra estos estereotipos, nos habla de mujeres que han pasado por procesos difíciles y como la lucha sigue constante y activa.

Entender la preocupante indiferencia que los hombres muestran hacia las violencias que sistemáticamente se infringen sobre las mujeres de color, es decir, mujeres no blancas víctimas de la colonialidad del poder e, inseparablemente, de la colonialidad del género. (Lugones, María. Colonialidad y género. 2008. pp 1)

En la actualidad tanto hombres como mujeres se han dividido socialmente, llevan luchas separadas y llevan marcados diferentes conceptos que la sociedad ha implementado, pero a las mujeres les ha costado más trabajo ser personas visibles ante una sociedad patriarcal debido únicamente a su género, se les tacha y cosifica solo por haber nacido mujeres.

La denigración y el ejercicio de poder es implementado desde que a la mujer la consideran el género débil, se crea una idea de que solas no pueden y las estigmatizan por alzar la voz y hacer valer sus derechos como seres humanos.

El poder capitalista, Eurocentrado y global está organizado, distintivamente, alrededor de dos ejes: la colonialidad del poder y la modernidad.

Los ejes ordenan las disputas por el control de cada una de las áreas de la existencia de tal manera que el significado y las formas de la dominación en cada área están totalmente imbuidos por la

colonialidad del poder y la modernidad (Lugones, María. Colonialidad y género. 2008.pp 6)

Las luchas de resistencia hacia el poder han sido constantes y variadas, tanto hombres como mujeres han luchado por ser valorados y escuchados en la sociedad, personas se han rebelado contra un estado hegemónico, pero este siempre encuentra la manera de aprovecharse de esas luchas y volverlas un negocio.

Los movimientos de resistencia siempre hablan de inconformidad, siempre buscan una mejora a la sociedad, son luchas que exigen cambios que nos beneficien a todos como sociedad, aunque no muchas de estas luchas han sido visibles, escuchadas o aceptadas.

El capitalismo se aprovecha de estos movimientos y lo vuelve mercadotecnia, vende la idea de la resistencia y hace creer que está a favor de la lucha, siendo todo lo contrario, es solo un ejercicio de poder que entra sutil y que parece que beneficia a todos siendo que los únicos beneficiados son las personas que están en el poder.

A partir de todo esto se crean tabúes en todo sentido, en este proyecto se habla sobre el cuerpo y como también en nuestra persona existen estos mitos y como nos hacen tener miedo de nosotros mismos, de nuestro placer, de nuestros gustos, de aquello que nos mueve, motiva y hace feliz.

La libertad sexual de los varones y la fidelidad de las mujeres fue, en todo el mundo eurocentrado, la contrapartida del «libre»—esto es, no pagado como en la prostitución, más antigua en la historia— acceso sexual de los varones «blancos» a las mujeres «negras» e «indias», en América, «negras» en el África, y de los otros «colores» en el resto del mundo sometido. (Lugones, María. Colonialidad y género. 2008. pp 11)

Es una lucha constante, personal y mundial, día a día se debe salir y decirle al mundo que no se es solo un color, que existen mujeres que quieren luchar por sus derechos, que hay gente que viene de raíces indígenas y que es imposible que lleguen a cumplir estereotipos sociales eurocéntricos.

## **2.2. Amor propio**

Si bien el amor propio es un término que ha ido tomando fuerza entre los jóvenes en los últimos años, aún es un tema que no se habla constantemente ni se le da un valor necesario y válido dentro de la sociedad. Es por ello que en este apartado se busca, de una manera sencilla pero clara, explicar lo que este concepto trae a las personas que lo trabajan y lo moldean de una manera consciente, dándole el mérito que este debe llevar.

El amor propio son palabras que, por cultura, no utilizamos y no tenemos idea de cómo aceptarlo y cómo llevarlo a cabo en nuestro día a día.

Es el conjunto de emociones y predisposiciones cognitivas asociadas a la autoevaluación que un individuo hace de sí mismo. Es decir, que se trata del modo en el que realizamos valoraciones de nosotros mismos, incluyendo aquí la carga emocional de las apreciaciones sobre el autoconcepto. (AvancePsicólogos.com)

Esta idea va muy de la mano con el sentimiento de amor que nos generamos nosotros mismos como individuos, un término que nos ayuda a darnos valor personal dentro de una sociedad.

Pero, tener amor propio va más allá de reconocerse como individuo, el amor propio es aceptar que se es un ser humano y que se puede cometer errores, pero pese a ello, estos errores se reconocen, se aprenden y se mejoran. Nos volvemos personas críticas sin caer en la subalternización con nosotros mismos para poder

crecer personalmente. El amor propio es fundamental para un buen desarrollo personal; si esto no puede lograrse y sentimos que se está ejerciendo un poder sobre nosotros que nos impide vernos como seres capaces, entonces, esto nos lleva a tener problemas a la hora de relacionarnos con otros.

- Problemas a la hora de conocer gente nueva: timidez, problemas para confiar en los demás, etc.
- Dificultades para progresar socioeconómicamente: miedo a asumir nuevas responsabilidades o ascender, etc.
- Adopción de un estilo de vida pasivo, basado en la evitación de los retos.
- Mayor predisposición a desarrollar alteraciones psicológicas severas como la depresión mayor.
- Inseguridad en las relaciones de pareja, miedo intenso a perder a las personas importantes para uno mismo.

(AvancePsicólogos.com)

Por educación, los malestares emocionales no tienen la misma plusvalía que los físicos, pero de nosotros depende reconocerlos, aceptarlos y trabajarlos para poder tener una mejor calidad de vida sin la constante problemática de crear una rivalidad con nosotros mismos.

El amor propio se manifiesta como una premisa que irrumpe la obediencia a los mandatos, donde el “amor” siempre se encuentra destinado a un otrx que lo recibe. El amor propio no necesita de la aprobación ajena. (Trila Maria Cecilia. Amor propio. 2019. pp 5, 6)

Las personas suelen confundir el amor propio, la autovaloración y el autorreconocimiento como egoísmo y soberbia, ya que no estamos acostumbrados a ver a alguien que tenga seguridad en sí mismo y que hable de manera positiva sobre su persona; hemos aprendido que el “no puedo” forma parte de nuestro vocabulario y vida cotidiana impidiéndonos tener un crecimiento personal.

La idea de amor solo se ve como el amor a la familia, los amigos, la pareja; se ve como si fuese un concepto que sólo debe darse a alguien externo, pero realmente es un valor que debe comenzar primero internamente para poder después exteriorizarlo.

No hay otro motivo ético que la búsqueda y defensa de lo que nos es más provechoso, de lo que más nos conviene; toda ética es rigurosamente autoafirmativa; los vicios y desvíos morales tienen la misma raíz que las virtudes; nada hay en la ética laica, inmanente (es decir, racional), que nos imponga de cualquier modo que fuere renunciar a lo que somos —para llevar a cabo algún plan u objetivo superior, ajeno, trascendental—, sino que todas las morales no pretenden sino el mejor cumplimiento de lo que somos. (Savater Fernando. El amor propio y la fundamentación de los valores. pp 385)

Tener amor por uno mismo solo es el significado de querer lo mejor para mí, es un acto de amor que no permite cosas negativas, aunque en ocasiones las decisiones que lleguemos a tomar no sean las correctas, es ponerse como prioridad ante una situación o persona externa.

Lo que estamos aquí dejando asentado es que el deber moral no es sino la expresión racionalmente consecuente del querer (ser) humano. Esta insistencia fundacional en el querer es la primera razón que nos va a hacer preferible hablar de amor propio en lugar de egoísmo. (Savater, Fernando.. EL AMOR PROPIO Y LA FUNDAMENTACIÓN DE LOS VALORES. pp 389)

La sociedad nos ha dictado que entre más comprometido se esté con lo externo, trabajo, escuela, pareja, familia, etc..., es mejor, dejando en último nuestro propio ser, no se da el tiempo de valorar y mantener en estado óptimo nuestro cuerpo, que es aquel que nos acompañará por el resto de nuestras vidas.

Complementando lo anterior, la autoestima es parte esencial de mantener un amor propio sano y eficiente; estos conceptos se entrelazan y llegan a ser muy similares, pero nunca son lo mismo. Podemos llegar a confundirlos, pero es importante poder forjar cada uno y saber de qué va cada idea que los forma como individuales.

La autoestima es la experiencia de ser aptos para la vida y para sus requerimientos. Más concretamente consiste en:

- 1.- Confianza en nuestra capacidad de pensar y de afrontar los desafíos de la vida

2.- Confianza en nuestro derecho a ser felices, el sentimiento de ser dignos, de merecer, de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y a gozar de los frutos de nuestros esfuerzos (Branden, Nathaniel. El poder de la autoestima. 2011.pp 33)

El amor propio es la manera en la que logramos ser empáticos con nuestro cuerpo, sabiendo así que, si llegamos a equivocarnos o fracasar de cierta manera, no va a poder lastimarnos el que alguien externo nos señale o nos critique ya que nosotros mismos no lo hacemos con nuestra persona.

Desde una perspectiva constructivista, se puede ubicar el amor como producto de construcciones sociales cuyos contenidos y expresiones responden a contextos históricos y relaciones sociales particulares (Lagarde, 2001a). En ese sentido, Coria, hablando del amor en las relaciones sexoafectivas, afirma que “es posible descubrir que dicho amor ha estado condicionado por las culturas de turno y no pocas veces ha servido como vehículo privilegiado de control del orden social” (Coria, 2007:15). (Velazquez Torres, Balnca Olivia. El amor romántico. La erotización de la violencia patriarcal. 2021. pp 31)

La sociedad nos construye y nos deconstruye, nos alimenta la mente y la vida con ideas que podemos, o no, aceptar en nuestro interior, pero aun tomando la decisión de no hacerlo, muchas veces por cultura nos vemos obligados a tener un planteamiento personal basado en lo que nuestro grupo más cercano considera que es correcto.

A nivel psicológico, la decadencia del amor propio y la autoestima por encajar en un grupo social, pueden causar en la mente de las personas dismorfia corporal<sup>3</sup> o trastornos alimenticios, de los cuales, es muy difícil salir sin ayuda, esto debido a que se genera un pensamiento en el cuál la persona no se siente conforme con su físico.

Es por ello que se llegó a la conclusión de que es importante generar hábitos positivos en la mente de cada ser humano para no llegar a extremos tan graves que atenten con la salud. La autoestima se ve como un pensamiento, aquello que nos da la fortaleza mental para sentirnos capaces de poder lograr nuestros objetivos y vencer los miedos que lleguen a querer impedirlo; mientras que el amor propio logra un sentimiento que nos ayuda a tratarnos a nosotros mismos con dignidad y a darnos esa plusvalía como seres humanos.

### **2.3 Persona colonizada**

La persona colonizada pasa a formar parte evidente de la cosificación corporal. Al momento de que un pueblo ejerce poder sobre otro este procede a colonizar su territorio, por lo cual el individuo se ve forzado a aceptar todo aquello que el invasor dicte para su persona y su región.

El proceso de “colonización” conlleva siempre un aspecto de asimetría

---

<sup>3</sup> Dismorfia corporal: Preocupación obsesiva por un defecto percibido con base en las características físicas.

y hegemonía, tanto en lo físico y económico, como en lo cultural y civilizatorio. La potencia “colonizadora” no sólo ocupa territorio ajeno y lo “cultiva”, sino que lleva e impone su propia “cultura” y “civilización”, incluyendo la lengua, religión y las leyes. (POLIS. Revista Latinoamericana. Colonialidad, descolonización e interculturalidad. 2014)

Con lo anterior explicado, podemos hacer mención que una persona colonizada lleva las ideas del colonizador; es aquí donde logramos comprender, a un nivel físico, que aquel concepto de belleza que se tiene sobre las mujeres pudo haber sido implantado por ideas de un grupo de personas que llegaron a ejercer un poder a nuestro territorio.

El hecho de que en la actualidad la mujer deba cumplir con estándares ciertamente ridículos para su origen con respecto a la raza que se pertenece, ha generado un pensamiento colectivo en donde aquella persona que no cumple con ser blanca, alta, delgada, con ojos y cabello claro, pasa directamente a aquella área del no ser, en donde no se le es valorada ni se le da ningún tipo de toma de decisión.

Los negros fueron reducidos a la esclavitud. Los españoles y los portugueses, como raza dominante, podían recibir salario, ser comerciantes independientes, artesanos independientes o agricultores independientes, en suma, productores independientes de mercancías. No obstante, sólo los nobles podían participar en los puestos altos y medios de la administración colonial, civil y militar. (Quijano, Anibal. Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina. 1991. pp 782)

La persona colonizada no tiene derecho a una vida próspera en donde trabaje para vivir, más bien la persona ha pasado a ser solo una fuerza de trabajo y explotación, lo cual, en la actualidad sigue pasando y a aquella persona que pretende sobresalir por sí mismo o buscar mejores oportunidades, le es muy difícil llegar sin tener algún tipo de contacto dentro del entorno al cual quiera pertenecer.

La clasificación racial de la población, y la temprana asociación de las nuevas identidades raciales de los colonizados con las formas de control no pagado, no asalariado, del trabajo, desarrolló entre los europeos o blancos la específica percepción de que el trabajo pagado era privilegio de los blancos. La inferioridad racial de los colonizados implicaba que no eran dignos del pago de salario. Estaban naturalmente obligados a trabajar en beneficio de sus amos (Quijano, Anibal. Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina. 1991. pp 785)

Se ha realizado, desde la colonia, una especie de selección, en donde se conforman grupos de personas consideradas privilegiadas, poco privilegiadas y los no privilegiados. Hay un grupo de seres humanos, de los cuales, no importa que tan capaces sean en cualquier área a desarrollarse, lo que realmente tiene valor viene siendo meramente un algo físico; se clasifica, cataloga y jerarquiza conforme a la raza, color de piel, cabello, tamaño y género, y es una enseñanza que se viene repitiendo generación tras generación, es algo que al ser sometidos se enseñó e implantó en la cultura de esta y muchas regiones.

La “colonialidad” representa una gran variedad de fenómenos que abarcan toda una serie de fenómenos desde lo psicológico y existencial hasta lo económico y militar, y que tienen una característica común: la determinación y dominación de uno por otro, de una cultura, cosmovisión, filosofía, religiosidad y un modo de vivir por otros del mismo tipo. (POLIS. Revista Latinoamericana. 2014)

Es un ejercicio de poder en el cual sobrevive el más fuerte, como pasa con los animales, solo aquel que sea más grande y logre derribar al oponente, tiene la oportunidad de sobresalir y triunfar. Hay una red de apoyo mínima, en la cual, el ser humano pueda sentirse plenamente satisfecho con sus acciones y pensamientos.

#### **2.4 Belleza eurocéntrica**

El concepto de belleza nos habla sobre lo que se considera agradable a la vista, ya sea un objeto, animal o persona, si causa algún tipo de reacción negativa en el ser humano que la mira, escucha o siente, entonces puede no considerarse bello

Entre más obstáculos materiales y legales son superados por las mujeres, más nos pesan imágenes de belleza inflexibles y crueles. Muchas sienten que el progreso colectivo de las mujeres se ha estancado. Comparado con el ímpetu acalorado de antaño, hay un ambiente desalentador de confusión, división, cinismo y sobre todo agotamiento. (Wolf, Naomi. El mito de la belleza. pp 214)

Hoy en día, la sociedad ha reforzado aquellos estándares que meten a cualquier ser humano, en este caso se habla de la mujer, en un solo molde, como si la capacidad física y mental fuera la misma en todo cuerpo humano. A través de esto, lo único que se puede generar es un ambiente de competencia poco sano, en donde existan

rivalidades que solo busquen sobresalir a cualquier precio, sin importar a quien tengan que humillar o minimizar.

Durante la década pasada, al tiempo que las mujeres lograron traspasar la barrera de la estructura de poder, los desórdenes alimentarios se multiplicaron y la cirugía plástica se volvió la especialidad médica de más rápido crecimiento. (Wolf, Naomi. El mito de la belleza pp 215)

Se logró crear un ideal corporal en la mujer, con lo cual algunas se vieron orilladas a limitar su alimentación y hacer cualquier tipo de dieta y ejercicio para poder verse como aquellas modelos que los medios de comunicación masiva reproducen y hacen creer que eso es lo bello y lo que estaba bien. Las mujeres que no quieren o no pueden someterse a tan rigurosas dietas o tan lastimosos hábitos que llevaban la anorexia y bulimia, acuden a procesos estéticos, arriesgando así su salud y bienestar con tal de lograr aquel cuerpo perfecto que la sociedad tanto repite que es hermoso.

Con base en la colonialidad, la belleza se vuelve un punto en donde lo único bello es aquello que viene de Europa, dando así uno de los tantos conceptos de eurocentrismo, la belleza eurocéntrica.

La mujer debe lucir como aquellas mujeres que llegaron a implantarse en un territorio desconocido, americano en este caso, el ideal de belleza se centra en ser alta, delgada, rubia, con ojos y cabello claro.

La mujer es influenciada para creer como idea de belleza el tener una piel blanca y brillante (Marway, 2017). Dicho de otra manera, la publicidad obliga a las mujeres del mundo a acercarse al ideal occidental basado en lo físico mostrando

situaciones que vuelven al deseo algo que se puede complacer con un objeto (Tipa, 2020b). (Montero Granados, Beatriz Ditássia. Efectos del colorismo en la representación de las mujeres de raza no blanca en la publicidad de belleza y cuidado de piel en el público femenino de 20 a 35 años. 2021. pp 10)

Los medios de comunicación alimentan este ideal, mostrando en televisión, revistas y redes sociales, una mujer de belleza inexplicable, sin algún rastro de imperfección, aunque esto se deba al photoshop y retoques estéticos, es algo que la mujer que observa estas imágenes quiere alcanzar.

De la misma manera en la India, Garnier promociona el Beauty Benefit Cream, con una modelo de piel blanqueada junto a la frase “Celebra a la perfección que hay en ti. ¡Sé mujer, Sé perfecta!”, invitando a las mujeres a ser como ella (Mendrofa, 2020), pues se ve el blanqueamiento como algo positivo y la piel no clara como algo sucio por consecuencia de distintas experiencias en escenarios sociales que crean en la mujer la iniciativa de jerarquización por el color en métodos para aclararse (Montero Granados, Beatriz Ditássia. Efectos del colorismo en la representación de las mujeres de raza no blanca en la publicidad de belleza y cuidado de piel en el público femenino de 20 a 35 años. 2021. pp 10)

La belleza se vuelve hegemónica en cualquier parte del mundo, tiene reglas y conceptos que deben seguirse y considerarse si no se llegan a cumplir. Se ignora el origen y la raza de la persona a la cual se le es enviado el mensaje, lo único que se busca es que este se reciba y que el receptor del mismo logre entender que si su piel y su físico en general no cumple este concepto bello, entonces está sucio, es imperfecto, no vale.



Crema Hidratante Para Blanquear La Cara Crema Iluminadora. Mercado libre.

## 2.5 Mutilación corporal con base en el photoshop

En este proyecto de investigación este concepto se utiliza con respecto a la mutilación digital, se hace hincapié en la modificación corporal que sufren las imágenes al ser alteradas tecnológicamente. Esto va desde el cambio del color de la piel, hasta el modificar partes corporales como piernas, dedos, nariz, entre otros, lo cual se realiza con el fin de mostrar una hegemonía corporal en donde solo existe un régimen de belleza válido estereotipando el cuerpo; a partir de lo que está de moda.

Para comprender mejor este apartado se hace una breve mención sobre lo que el cuerpo representa en nuestra modernidad y como ha pasado a ser un objeto

moldeable ante la publicidad y los avances científicos en la medicina.

La geografía del rostro se transforma. La boca deja de estar abierta , glotona, sitio del apetito insaciable o de los gritos de la pieza pública. Ahora adquiere significación psicológica, expresiva, del mismo modo que otras partes del rostro. La axiología corporal se modifica. Los ojos son los que se benefician con la influencia creciente de “la cultura erudita” . En ellos se concentra todo el interés del rostro . Se convirtió en el sentido clave de la modernidad puesto que permite la comunicación bajo su juicio. (Le Breton David. Antropología del cuerpo y modernidad. 2002. pp 41)

En la actualidad hay una frase muy popular que dice “el amor entra por los ojos”, es un dicho muy común y que parece casi inofensivo, pero el trasfondo puede ser aterrador. Las personas buscan ser bellas, ser aceptadas y reconocidas por su aspecto físico, esto conlleva a la poca importancia y preocupación que les dan a los riesgos que las modificaciones corporales pueden llegar a tener.

Para poder gustarle a una persona, poder tener pareja, poder ser parte de un grupo de personas o hasta ser reconocidos en un núcleo familiar, muchas veces los individuos recurren a cirugías plásticas o modificaciones corporales por medios digitales para poder satisfacer estas necesidades que la sociedad nos ha dictado que es corporalmente correcto.

Con el nuevo sentimiento de ser un individuo, de ser él mismo, antes de ser miembro de una comunidad, el cuerpo se convierte en la frontera precisa que marca la diferencia entre un hombre y otro, “factor de individuación”, se vuelve un blanco de intervención específica. (Le Breton David. Antropología del cuerpo y modernidad. 2002. pp 45)

Todo ser humano busca continuamente la aceptación en casi cualquier aspecto

social, ya sea ante una institución familiar, de ámbito académico o profesional. Se pretende ser aceptado ante la sociedad por medio de cómo luce físicamente un individuo.

Las personas comúnmente suelen decir que “como te ven, te tratan” esto hace alusión a que si una persona no luce dentro de los parámetros específicos en la corporalidad e imagen, automáticamente es rechazado, lo que ocasiona que el individualismo lejos de ser un beneficio comience a causar conflictos emocionales dentro de la persona rechazada, como lo menciona Le Breton, el cuerpo se vuelve una frontera entre la realización e idealización que una persona pueda tener, a lo que realmente se obtiene.

Una de las principales responsables al momento en el que las personas deciden editar sus cuerpos es la publicidad que manejan los medios de comunicación masiva, donde las personas aparecen luciendo completamente diferentes ante un individuo ajeno que presenta interés en las fotos que se muestran al mundo, esto se realiza con el objetivo de obtener una validación y aceptación social en donde la persona es estandarizada y hay un consumo de imágenes que reproducen los estereotipos sociales de belleza en los medios de comunicación.

En fotografía publicitaria de moda el cuerpo es a menudo mostrado como soporte del mensaje, como lienzo para la exposición del artículo en venta, como instrumento. Lo cierto es que se corre siempre el riesgo de deshumanizar al cuerpo si se queda en portador de mercancía, en exhibidor de artículos. El cuerpo que sólo es cuerpo, que no es persona, puede ser reconocido como cosa, tratado como pertenencia. Así define el fenómeno de cosificación del cuerpo Lourdes Gordillo. (Ramos, Carlos. Modificación digital de la figura humana en la publicidad:

Photoshop y el cuerpo humano. 2007. pp 80)

Ante esto, el cuerpo pasa solo a ser un objeto que puede ser vendido y así mismo poseer cualquier cosa que de la misma manera pueda presentarse al mercado capitalista. Se muestran solo imágenes irreales que entran como un mecanismo de perfección en la mente humana que pretende alcanzar, ser o parecer.

El cuerpo se percibe como algo que se tiene para ser manejado, propiciando así las condiciones que se atribuyen a las 'cosas' que poseemos en propiedad. Este fenómeno de cosificación del cuerpo propio, produce una amenaza a la unidad del sujeto que afecta a la desintegración del yo y a la degradación personal. (Ramos, Carlos. Modificación digital de la figura humana en la publicidad: Photoshop y el cuerpo humano. 2007. pp 80)

Un claro ejemplo de mutilación corporal en photoshop, que en este caso alcanzó a pasar a la vida real, es el de la cantante Anitta, la cual, editaba sus fotos “corrigiendo” aquellas imperfecciones que alcanzaba a ver en su rostro, como su nariz y su mentón. Ante esto, ella comenta en una entrevista realizada en un programa de televisión española llamado “El hormiguero”:

“Yo misma diseñé mi cara... Me cambié en photoshop y pedí a la doctora que hiciera lo mismo... Si yo no trabajara tanto mi cara ya sería otra, cada año una persona.” (Antena 3. 2019)



Anitta orgullosa del rostro que se construyó: así lucía antes de las cirugías. Diario de Xalapa.

Un caso similar ocurrió con la cantante y actriz Zendeya, ante lo cual participó en una sesión fotográfica donde su cuerpo fue alterado con photoshop, agrandaron sus caderas y cambiaron el tono de su piel para hacerla lucir más “estética”, por lo cual, esta mujer comenzó una batalla en redes sociales en contra del fotógrafo y los estándares de belleza que trataron de imponer en su imagen



Zendaya, la nueva víctima del Photoshop. Vanguardia.

Otro ejemplo que podemos mencionar, es el de la hija de Kate Moss, una supermodelo que decidió realizar una sesión fotográfica con su pequeña, a la cual, el exceso de photoshop eliminó dos de sus pequeños dedos, el exceso de difuminado en la foto es evidente y muestra a la audiencia que, muchas veces, las imágenes que consumimos en los medios de comunicación no son reales.



Photoshop: la hija de Kate Moss quedó sin dedos. Clarin.com

Sin importar esto, este tipo de ediciones se publican y se viralizan en los medios masivos de comunicación, haciendo ver al espectador que debe lucir como la persona que se refleja en la imagen, aunque la edición tenga errores, esté exagerando las proporciones corporales, o simplemente se vea de una manera no tan real, no importa, lo que se muestra es el tipo de imagen que debe reproducirse en la sociedad, orillando a las personas a editar su cuerpo, y en grados más extremos, llegar a quirófano para “diseñar sus caras”.

Los modelos de belleza pueden ser influenciados por varios factores, entre ellos, los medios de comunicación; este es el medio más predominante para establecer estándares de belleza o aceptación social, pues mediante redes sociales, revistas o televisión se “imponen” los parámetros y las tendencias que son importantes en la actualidad. La moda se encarga de añadir o modificar estándares que

deberían ser tenidos en cuenta para encajar en determinado contexto, lo que ha creado una gran cantidad de modelos de belleza, brindando así la posibilidad de elegir el estilo que mejor se adapte a la personalidad y características, tanto físicas como personales. (Henaó, Vazquez Mariana. EL ESTIGMA DE LA MODIFICACIÓN CORPORAL REDISEÑO DEL CUERPO HUMANO EN LA CIUDAD DE MEDELLÍN. 2018. pp 6)

## **2.6¿Cómo me veo?**

Se indagó en tesis profesionales en repositorios, principalmente del CONACYT, en el cual dicha búsqueda lanzaba gran cantidad de textos y todos muy variados, se eligieron algunos que se consideran siguen la línea que se busca formar en esta investigación.

Son textos que nos hablan con relación al cuerpo y cómo este se ha tenido que ir formando y moldeando a las expectativas que otras personas tienen sobre la imagen que se refleja de una mujer, y cómo se supone debería de ser.

Se ha dividido la información en tres secciones, la primera es la cirugía plástica, la segunda es el cuerpo como un objeto cosificado, y por último estará la relación más personal que es el amor propio.

### **2.6.1 La cirugía plástica en referencia al cuerpo de la mujer.**

Al observar y buscar en las tesis que proporciona el CONACYT se encontraron una gran cantidad de textos que hablan sobre los estereotipos de belleza que la sociedad les impone a las mujeres y como estos, muchas veces, las orillan a hacer cosas que arriesgan su salud.

La tesis de *Guerrero Zavala María Fernanda*, lleva por título *Experiencia plástica estética: género y poder : tinturas que colorean los cuerpos modificados quirúrgicamente de seis mujeres mexicanas*; en esta tesis el objetivo es reflexionar y analizar las vivencias corporales de las mujeres, en donde, la estética es lo único que tiene valor a la hora de proyectarnos como seres humanos, esto origina el deseo de dar placer visual a personas externas y querer modificar los cuerpos con cirugías o procedimientos estéticos que llegan a ser sumamente riesgosos. En esta tesis se llega a la conclusión de cómo las mujeres se ven sujetas a reproducir estereotipos de belleza y como estos vienen cargados de relaciones de poder. *(Guerrero Zavala, María Fernanda. 2009)*

La tesis de *Lorena Paola Duque Ayala*, *El rol de los medios de comunicación masiva (televisión) y el impacto estético de la cirugía plástica en jóvenes y mujeres*, tiene como objetivo abordar los temas relacionados a cómo los medios de comunicación masiva tienen un poder fuerte en la corporalidad de la mujer y cómo logran hacer de esto un negocio rentable.

Estos medios de comunicación rentan la idea de que la belleza “cuesta y duele”, por ende, el mensaje que se envía es que las mujeres deben cumplir con los estándares de belleza que se implantan, sin importar que sus vidas sean puestas en riesgo al momento de entrar a un quirófano o hacer dietas que las lleven a padecer enfermedades como bulimia y anorexia, deformación de su cara, labios, pómulos, ojos etc...

En conclusión, esta tesis nos muestra el manejo que tiene la publicidad con la mente de las mujeres, las estrategias que esta tiene para llegar a hacerle creer al

televidente que efectivamente debe lucir como la persona que se presenta frente a su pantalla sin importar los riesgos que eso conlleve. (*Duque Ayala, Lorena Paola. 2013*)

Por otro lado, en el artículo *Belleza y cirugía estética: consideraciones psicológicas y morales*, B. Hontanilla, C. Aubá Departamento de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética. Clínica Universitaria. Facultad de Medicina. Universidad de Navarra, se hace mención a lo que se considera bello, y nos explican cómo hay lugares en donde se piensa que la persona que es físicamente atractiva es apta para poder reproducirse debido a un pensamiento de sobrevivencia, si eres bello entonces no es probable que enfermes. Es por ello que la cirugía estética tiene un papel importante en la sociedad, porque el concepto de belleza va ligado a beneficios personales y especialmente sociales. (*Hontanilla, B. Auba. 2002*)

Como conclusión, este texto menciona que la belleza es aquello que todo ser humano pretende alcanzar, potencializa un lenguaje entre individuos, y la cirugía estética en este concepto ayuda a alcanzarlo, en un principio ésta trataba malformaciones genéticas o eran el alivio de algún dolor, ahora son el camino más viable para alcanzar a cumplir los estándares de belleza que la sociedad nos ha impuesto. (*Hontanilla, B. Auba. 2002*)

### **2.6.2 ¿Qué uso le doy a mi máquina?**

La siguiente tesis que se logró encontrar en repositorios del CONACYT, lleva por nombre *El desgarramiento del cuerpo postmoderno*, Arturo Rico Bovio, 2019, es una tesis que habla con gran detalle sobre cómo el cuerpo pasó de ser una máquina maravillosa de la naturaleza, a ser ejecutada como una máquina de

trabajo y explotación con el objetivo de obtener cosas materiales debido al trabajo extremo que se realiza. Se ejecuta la idea de que el cuerpo ahora solo se ve como un mecanismo de trabajo que solo sirve para generar dinero; y lo emocional, el crecimiento personal queda a un lado, porque no vivimos en esta sociedad, más bien sobrevivimos. (*Rico Bovio, Arturo. 2019*)

Por otra parte, el artículo *Construcción de la identidad digital a través del yo-objeto: proceso de auto-objetivación y su relación con la cosificación del cuerpo de las mujeres*, *Estela Santos Díaz*; nos habla sobre cómo el mundo digital ha cambiado la perspectiva que se tenía sobre el cuerpo, especialmente haciendo presión en las mujeres. Se cosifica la imagen corporal cambiando así una identidad social, se crean imágenes y personalidades en el mundo de las redes sociales que pocas veces suele ser real, esto se hace con el fin de lograr cumplir metas estipuladas en una sociedad. Como conclusión el yo-objeto construye una identidad en torno a un contexto digital en donde la cosificación no es neutra, esto eleva la posibilidad de que se incremente la visión que ve como objeto a una mujer (*Santos Díaz, Estela. 2018*)

Otra investigación seleccionada es el texto de *Gordofobia: Un tránsito entre la enfermedad y la cosificación del cuerpo femenino*, *Cristina Suárez García*; nos habla sobre el cuerpo de las mujeres gordas teniendo como objetivo el analizar porque estas mujeres sufren exclusiones y opresiones por una sociedad que reproduce la idea de la delgadez extrema y el miedo a subir de peso. Este texto nos menciona cómo el capitalismo y la idea patriarcal influyen en totalidad a la cosificación corporal que sufren las mujeres que no logran cumplir estándares de belleza eurocentristas. En la conclusión se hace mención de que estos estigmas de

belleza y este miedo corporal que se tiene al no cumplir las reglas físicas sociales, es sólo impuesto a mujeres, puesto que el cuerpo femenino ha sido valorado solo por su capacidad de reproducción, por su aspecto físico y la imagen pública que esta tiene. (Suárez García, Cristina. 2017)

### **2.6.3 La imagen que se tiene sobre el cuerpo**

El amor propio, según las definiciones que lanza internet, es un ingrediente importante para poder gozar de una estabilidad y paz mental con respecto a nuestra persona. Pero esto, es un tema del que no siempre se habla, no hay una receta o una lista que te diga cómo se logra tener amor propio. Llegar a él es un proceso de construcción y deconstrucción que cada individuo debe experimentar, y esto se logra cuando se acepta y se ama el cuerpo que se tiene y la vida que se vive.

En el concepto de amor propio fue complicado poder encontrar tesis que hablaran sobre este proceso mental y personal, se habla más sobre la autoestima, que, si bien van muy de la mano, no son lo mismo.

Una página en internet especializada en la salud mental, *Psicomx*, menciona que el amor propio es el concepto que nos demuestra que somos merecedores de las cosas buenas que puedan pasarnos. Este artículo comenta que, la versión negativa que se ve sobre uno mismo es aquella que llega a causar males psicológicos, como lo son la depresión, ansiedad, etc. Como conclusión, nos muestran maneras en las que el amor propio puede mejorar y simplificar la vida del individuo que decide emprender el camino a amarse y aceptarse a sí mismo.

El siguiente texto, lleva por nombre *Evaluación de la percepción de imagen corporal por medio de la escala de Hopwood y de autoestima por medio de la escala de*

*Rosenberg en pacientes con diagnóstico de cáncer de mama operadas de mastectomía radical en comparación con las operadas de cirugía conservadora, Vizcarra Ugalde, Sergio Hugo.* En este se hace mención sobre el manejo del amor propio de las mujeres que tuvieron que ser, de cierta manera, mutiladas corporalmente y cómo esto afectó en la manera de ver su cuerpo. En esta investigación se hacen evaluaciones con distintas preguntas para medir su aceptación corporal. Como conclusión se explica que, las mujeres que participan en este estudio no tienen un problema en su imagen corporal, pero que sí se debe luchar contra ciertos estigmas que llegan a causar los problemas de salud. (*Vizcarra Ugalde, Sergio Hugo. 2020*)

En la siguiente tesis que lleva por título *“Para ser bella, hay que ver estrellas. Cuerpo, Género y Construcción de un Estilo de Vida “Fitness” en un Gimnasio de la Ciudad de México”*, *Abril Violeta Zarco Iturbe*, en donde se habla sobre el aspecto físico de las mujeres y cómo estas deben arriesgar su salud física y mental para así poder llegar a cumplir con estereotipos de belleza eurocéntricos. Se habla sobre la relación que existe entre la feminidad y la masculinidad, y cómo la sociedad ha categorizado a cada una imponiendo estigmas sobre estos dos conceptos. Como conclusión nos hace mención de que en este mundo patriarcal, existen bromas, comentarios, halagos cargados de sexualidad y referencias a la belleza de un individuo, el cuerpo es un concepto de lenguaje cargado de distintos significados. Por más que la persona busque una paz mental, se llegó al punto en donde en este texto, las personas entrevistadas y participantes de esto, siempre hacían referencia a los cuerpos que se ven en revistas, televisión e internet. (*Zarco Iturbe, Abril Violeta. 2009*)

#### **2.6.4 La belleza cuesta... Y duele**

En la actualidad existen infinidad de tratamientos estéticos para poder cumplir con las reglas sociales de belleza, entre estos procedimientos están las inyecciones de botox, ácido hialurónico, rellenos faciales y corporales, etc., estos tratamientos suelen ser poco accesibles ya que son costosos y deben ser realizados por especialistas de la salud, lo cual, no siempre ocurre.

Existen historias sobre personas que, con el afán de tener una imagen socialmente aceptable, en su desesperación o vanidad, recurren a cosas que dañan su salud; tal es el caso del aceite de cocina, aceite de coches, cemento, aceite para bebés, etc.

Sobre estos casos, se encontró un documental con respecto a mujeres trans, que en la necesidad de lucir bellas y ser socialmente aceptadas recurren a estos procesos “médicos” en donde se les inyectaban cualquier cosa con tal de hacer un aumento en sus proporciones.

Un gran porcentaje de la población trans se ha inyectado alguna vez en la vida algún tipo de aceite modelante. Palmira lo hizo hace más de 25 años en la búsqueda de mejorar su apariencia, pero ese mismo día comenzaron los primeros síntomas que la han llevado a lo largo de todos estos años a un gran daño de su salud. (Vice en español. Víctimas de la negligencia y de la pobreza | TRANS | Episodio 2)



Víctimas de la negligencia y la pobreza. Vice en español. 2017.

La belleza ha sido un tema que ha causado mucho revuelo en la sociedad y ha generado una idea en esta para poder alcanzarla y poder sentirse mejor con su persona sin importar los riesgos que esta conlleva, en este caso, los daños de los que se habla en este documental tardan años en ser curados, muchas veces la cura es la amputación de alguna extremidad debido a que existe necrosis en el cuerpo o en el peor de los casos el paciente no tiene cura y solo debe esperar a morir.



Víctimas de la negligencia y la pobreza. Vice en español. 2017.

Los estándares de belleza que se nos han inculcado desde pequeños afectan a cualquier persona, muchos individuos pueden sentir gran presión para ser o parecer lo que la sociedad dicta que es correcto, sin imaginar que estos deseos muchas veces pueden ser letales si no son realizados por un especialista y de la manera adecuada.

Como chica transexual busca el modelo femenino, o sea la apariencia femenina, es nuestro sueño alcanzar las curvas, las características de una mujer, aun así superando más allá de lo que la estética nos pueda dar, lo que nuestra genética nos pueda dar. Aun sabiendo que los riesgos no nos importan, nuestra vanidad es mucho más grande que eso... Italia, activista. (Vice en español. Víctimas de la negligencia y de la pobreza | TRANS | Episodio 2)



Víctimas de la negligencia y la pobreza. Vice en español. 2017.

El ideal de belleza se impone ante una sociedad que muchas veces no está acostumbrada a mantener un autoestima y amor propio saludable, y la manera en la que creen que pueden llegar a sanar esto es encajando de cierta manera estética en lo que las personas dictan que es un ideal anatómicamente aceptable.

Se localizó un artículo de nombre "Inyección de aceite en los miembros superiores con fines estéticos" en el cual se habla sobre las inyecciones del aceite para modificar el cuerpo de hombres y mujeres, se menciona que los riesgos son muchos, pero es algo que a las personas parece no importarles, aceptan el riesgo con tal de lucir físicamente agradable ante los ojos de los demás, los hombres quieren verse musculosos, grandes, fuertes, y las mujeres buscan el ideal curvilíneo, con proporciones bien definidas y con un volumen mayor al común.

La utilización de materiales naturales o artificiales con fines cosméticos para el mejoramiento del contorno corporal es un procedimiento antiguo. Durante el siglo pasado se utilizaron diferentes materiales

inyectados subcutáneamente con estos fines, los más utilizados fueron la silicona líquida, la cera, el aceite mineral y el guayacol. Las complicaciones del uso de este tipo de sustancias con fines estéticos han sido siempre demostradas. (Inyección de aceite en los miembros superiores con fines estéticos Dr. C. Lázaro Martín Martínez Estupiñán ,Leonardo Martínez Aparicio , Dr. Lázaro Martínez Aparicio , Dr. Sergio Morales Piñeiro , Dr. Roberto Mata Cuevas)

En la actualidad existen casos aún registrados sobre personas que siguen buscando a toda costa modificar su cuerpo En este artículo realizado en Cuba se menciona que se siguen haciendo estudios para poder encontrar una manera de lograr saber exactamente la cantidad de aceites, y otras sustancias, que quedan en el paciente aun después de que hayan pasado muchos años desde la primera vez que se realizaron este procedimiento-

Al inyectar estos aceites el cuerpo se deshace solo del 30% del aceite, el resto permanece dentro por un período de alrededor de cinco años. Los efectos secundarios son muchos: el riesgo de trombos, quistes y parálisis de las fibras musculares; parada cardíaca en los casos en los que, por un error, la sustancia entre directamente a la circulación sanguínea y se hacen abscesos como consecuencia de aplicar un aceite que no es estéril o usar una técnica inadecuada con respecto a la asepsia. Estos aceites, por su estado líquido, migran y producen lesiones no solo en el lugar donde fueron inyectados, sino también a distancia, lo que genera un daño mayor. (Inyección de aceite en los miembros superiores con fines estéticos Dr. C. Lázaro Martín Martínez Estupiñán ,Leonardo Martínez Aparicio , Dr. Lázaro Martínez Aparicio , Dr. Sergio Morales Piñeiro , Dr. Roberto Mata Cuevas)

La sociedad, inconscientemente, repite patrones dictados por un grupo con el poder de implantar una imagen irreal, se reproduce por los medios de comunicación y llega a ser el ideal corporal de aquellas personas que no logran aceptar su cuerpo

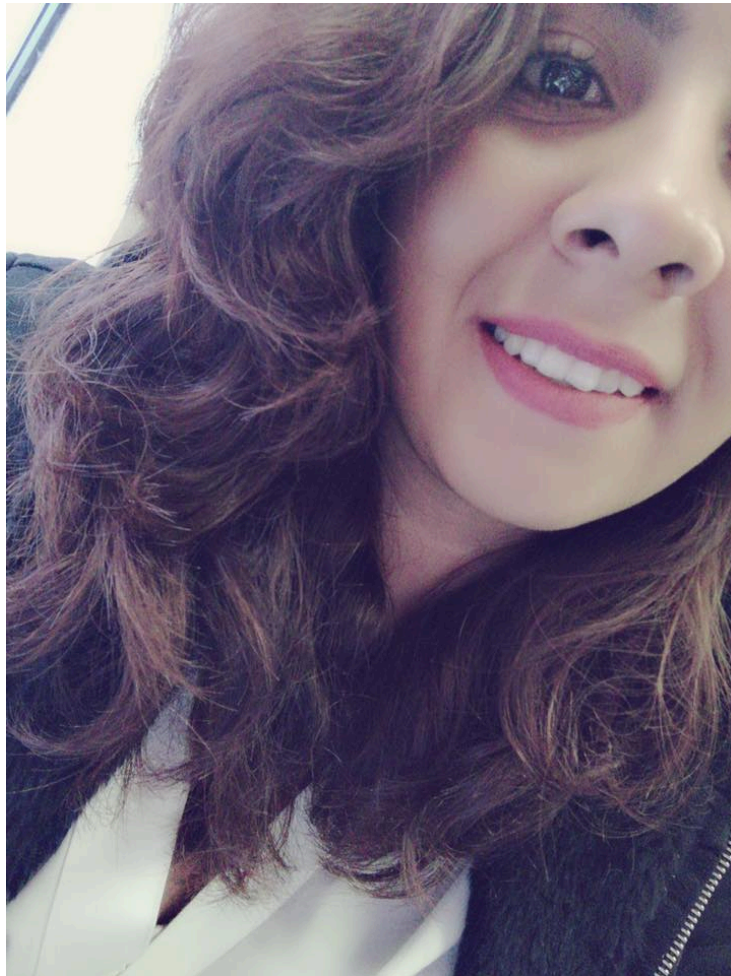
de una manera sana. El ser una mujer delgada, con curvas, alta; de tez, cabello y ojos claros se ha vuelto el objetivo de muchas personas en el mundo, denigrando y descalificando a aquellos que no luzcan de esta manera.

## Capítulo 3

### Cinco chicas contra la sociedad y ¿ellas mismas?

#### 3.1 Cinco mujeres luchando contra los estigmas de belleza

A continuación, se hace una presentación a las cinco mujeres que hicieron el esfuerzo de contar la historia de su vida prestando retratos de ellas mismas, tomados de sus redes sociales, dando el permiso de modificarlas y lograr un portafolio artístico que lleve collages donde se mezclan distintos tipos de imágenes y recortes con la finalidad de revelar las emociones y procesos por los que han tenido que pasar para poder sobrevivir en una sociedad que busca el perfeccionismo corporal aunque este no exista.



Facebook Atenea Gonzalez

Shuanshe Atenea Ávila González, es una mujer de 23 años, Licenciada en administración de empresas. Es una mujer que desde pequeña ha sido llamada “gorda”, es el apodo que su familia puso sobre ella y que hasta la fecha le sigue causando conflictos internos.

Creció en un lugar llamado Villa de Colorines, muy cerca de Valle de Bravo, su niñez estuvo llena de estigmas y apodos que dañaron su autoestima y que a la larga le crearon una obsesión con su peso y el ejercicio físico.

Como es costumbre, la sociedad pone etiquetas a una persona sin reflexionar que reacción tendrá esta en la mente y en la vida de la persona etiquetada.

No importa si la persona se ofende o si llegó a casa a mirarse al espejo y pensar “tienen razón, soy horrible” aunque esto no sea verdad, lo que a la sociedad le importa es externarlo y que el individuo no se sienta superior a nadie.

Algo similar le pasó a la primera informante, su familia y conocidos le impusieron un estereotipo de belleza que ella está obligada a cumplir de manera inconsciente, debido a que era lo que su círculo más cercano decía que era lo correcto.

Únicamente podría sentirse bonita y aceptada si luce delgada y con una piel sin imperfecciones. Un cuerpo tonificado y esbelto es signo de éxito y admiración, o eso es lo que ella creía.



Facebook Abigail GC

Por otro lado, se encuentra, Lisseth Abigail Gonzalez Curiel, una joven de 24 años residente de la CDMX, es vendedora en una tienda de trajes llamada Aldo Conti. Lisseth comenta que desde pequeña le ha acomplejado su estatura, su peso, su color de piel, entre otras cosas, ¿por qué? Bueno, nuevamente la familia, principalmente, es el punto de partida en una autoestima poco sana.

Lisseth ha tenido que batallar con el tamaño de su pecho, y digo batallar porque para ella es algo que si pudiera, eliminaría de su cuerpo, esto porque le ha ocasionado ser el blanco de burlas entre sus compañeros de escuela, en su momento, y de trabajo, no sin hacer lado a la familia, en donde el bullying por su

cuerpo ha tomado gran peso en la manera en la que ella se ve, que ha pensado en recurrir a cirugías estéticas para poder “encajar” en la sociedad.

Los sobrenombres tampoco pasaron desapercibidos en su vida, además de su peso y aspecto corporal, los cortes de cabello siempre fueron un conflicto para ella, ya que desde pequeña su cabello era muy corto provocando burlas y apodos como “La hongo” entre sus amigos y familiares.

Esto la ha llevado a sentirse menospreciada, fea y antiestética ante una sociedad en donde la belleza es hegemónica y no hay más opciones viables para alguien que no pueda cumplir las reglas de los estándares de belleza actual.



Facebook Natalia Barrón

La tercera informante es Eva Natalia Barrón Gonzalez, una joven de 23 años de edad, Licenciada en Danza multidisciplinaria. Ella comenzó su carrera como bailarina a la edad de tres años, asistía a clases de ballet en la UNAM, siendo este el punto de partida a lo que ella llama “gordofobia”.

Ella comenta que en las academias de danza en las que ha estado, siempre se hace hincapié en el peso de la bailarina, porque deben ser ligeras para cuando toca hacer una cargada en el baile. Comenta que a lo largo de su vida siempre se ha comparado con sus compañeras de danza, ya que, ella solía ver su cuerpo poco

estético y gordo.

Ella hace mención que, por genética su pecho es grande y su complexión es más gruesa que la de sus compañeras, pero esto no fue impedimento para que siendo una niña la pusieran a hacer dietas y le gritaron que era una gorda, tomando esta palabra como una ofensa e implantando este pensamiento en su mente, que hace referencia, le ha costado mucho trabajo personal modificar.



Facebook Brenda Victoria

La cuarta informante es Brenda Leticia Victoria Lozano, una mujer de 26 años, madre de una pequeña niña de 8 años llamada Ariana. Ella comenta que siempre se sintió segura de su cuerpo, le gustaba usar escotes y resaltar aquellas partes que a ella más le gustaban, esto era así hasta que se embarazó y para ella su cuerpo tomó una forma diferente a lo que estaba acostumbrada a ver todos los días frente al espejo.

Brenda comenta que el tener estrías, celulitis y el estómago con un poco de flacidez por el embarazo, ha sido motivo suficiente para crear en su mente ciertos cuestionamientos y comenzar a idealizar procedimientos estéticos para volver a su

cuerpo antiguo.

Hace referencia, que también estos pensamientos eurocéntricos, se deben al acoso que ha vivido y que ha tenido que afrontar por ser rechazada por el simple hecho de ser de estatura baja.

La reflexión que ella hace es que quiere que su hija crezca siendo libre y amando su cuerpo, y que si ella debe de luchar y gritar al mundo para que esto sea posible, lo hará.



Facebook Tahí González

Por último, Ameyatzi Tahili Avila Gonzalez, soy una mujer de 26 años, recién egresada de la licenciatura en Comunicación y Cultura.

Soy una mujer que ha sufrido rechazo, racismo y clasismo, comenzando por familiares cercanos, los cuales, hacen alusión a que mi tono de piel es sucio, no es correcto, además mi complexión no es bien vista, debido a que soy de estatura baja, y en pensamiento eurocéntrico de su núcleo más cercano, solo puedes ser bella si eres alta, delgada y de ojos y cabello claro, lo cual, claramente no cumplo.

A lo largo de mi vida he luchado contra pensamientos suicidas que han surgido por no sentirme aceptada.

Me ha costado trabajo y ha sido un camino y un proceso largo y difícil, pero quiero hacer que las personas comiencen a observar otro tipo de bellezas, que se normalice el cuerpo humano en su máximo esplendor y que a las nuevas

generaciones se les permita crecer sin un corral mental.

### **3.1 Historias de vida en relación con una belleza estereotipada**

Para poder saber sobre lo que se trata esta investigación y de dónde procede el querer indagar en el origen del impacto que tienen en su amor propio y autoestima los estereotipos sociales de belleza en las jóvenes de la CDMX con una edad de entre 20 y 25 años en el año 2022, primero, debemos explicar que el trabajo se basa en historias de vida y se realiza con una metodología cualitativa, de lo cual se explica a detalle a continuación.

En la metodología cualitativa el investigador ve al escenario y a las personas en una perspectiva holística; las personas, los escenarios o los grupos no son reducidos a variables, sino considerados como un todo. El investigador cualitativo estudia a las personas en el contexto de su pasado y de las situaciones en las que se hallan. ( S.J. Taylor y R. Bogdan . Introducción a los métodos cualitativos de investigación. 1987. pp 20)

En la metodología elegida, lo que se busca es conectar con las entrevistadas, de tal manera que estas se abran y puedan expresar con grata confianza, sus sentimientos y emociones, y sus recuerdos; y así poder nutrir de manera conjunta la investigación y la entrevista realizada.

Los investigadores cualitativos son sensibles a los efectos que ellos mismos causan sobre las personas que son objeto de su estudio. Se ha dicho de ellos que son naturalistas. Es decir que interactúan con los informantes de un modo natural y no intrusiva. En la observación participante tratan de no desentonar en la estructura, por lo menos hasta que han llegado a una comprensión del escenario. En las entrevistas en profundidad siguen el modelo de una conversación normal, y no de un intercambio formal de preguntas y respuestas. Aunque los investigadores cualitativos no pueden eliminar sus efectos

sobre las personas que estudian, intentan controlarlos o reducirlos a un mínimo, o por lo menos entenderlos cuando interpretan sus datos (Emerson, 1983). ( S.J. Taylor y R. Bogdan . Introducción a los métodos cualitativos de investigación. 1987. pp 20)

En las historias de vida contadas por las participantes en este trabajo de investigación, se tuvo sumo cuidado con las preguntas que se realizaron, porque en esta metodología, la entrevista puede ser muy enriquecedora y podemos llegar a obtener información que no habíamos considerado, pero que aun así nos funciona, el riesgo que se corre, es tocar fibras sensibles y no saber cómo manejarlas, haciendo que la entrevistada no quiera seguir participando en este proyecto y se cierre por completo a contestar vagamente las preguntas que se le realicen.

Los investigadores cualitativos tratan de comprender a las personas dentro del marco de referencia de ellas mismas. Para la perspectiva fenomenológica y por lo tanto para la investigación cualitativa es esencial experimentar la realidad tal como otros la experimentan. Los investigadores cualitativos se identifican con las personas que estudian para poder comprender cómo ven las cosas. (S.J. Taylor y R. Bogdan . Introducción a los métodos cualitativos de investigación. 1987. pp 20)

Al decidir realizar historias de vida, el investigador debe generar cierta empatía con el informante, esto va a provocar que el investigador comprenda cómo es que el informante vive, observa y entiende su entorno, además de generar mayor confianza entre ambos individuos, y hacer comprender a la audiencia que cada persona vive una realidad distinta.

El investigador cualitativo suspende o aparta sus propias creencias,

perspectivas y predisposiciones. Tal como lo dice Bruyn (1966), el investigador cualitativo ve las cosas como si ellas estuvieran ocurriendo por primera vez. Nada se da por sobreentendido. Todo es un tema de investigación. (S.J. Taylor y R. Bogdan . Introducción a los métodos cualitativos de investigación. 1987 pp 21)

Al momento de realizar las historias de vida, el investigador debe tener un pensamiento e ideología neutra, no debe juzgar ni mucho menos imponer sus creencias y cultura sobre el informante, esto porque cada realidad es distinta, no todos los individuos viven y comprenden los mismos privilegios que el otro, entonces se debe crear un ambiente en donde el informante se sienta comprendido y aceptado, esto para obtener un mejor resultado en la investigación.

En las historias de vida, no se busca una respuesta en concreto, no hay una verdad absoluta, hay eso, historias, historias que narran cada una la realidad en la que viven, y el investigador debe comprender que no va a lograr una respuesta concreta, van a existir variedad de historias y conjeturas, que pueden dar una visión pequeña de lo que realmente se espera.

Desde una perspectiva interaccionista simbólica, todas las organizaciones, culturas y grupos están constituidos por actores envueltos en un proceso constante de interpretación del mundo que los rodea. Aunque estas personas pueden actuar dentro del marco de una organización, cultura o grupo, son sus interpretaciones y definiciones de la situación lo que determina la acción, y no normas, valores, roles o metas. (S.J. Taylor y R. Bogdan . Introducción a los métodos cualitativos de investigación. 1987 pp 25)

Todos pertenecemos a un mismo mundo, pero este tiene distintas sociedades, ideologías y acciones, no lograremos comprender y concretar lo que cada una

significa, pero con las historias de vida, podemos lograr obtener vivencias de individuos que están dispuestos a contar la realidad que ellos viven, cómo la interpretan y cómo actúan ante cada situación.

Es por ello, que en este proyecto de investigación se pretende exponer de manera escrita y visual las historias de vida de estas mujeres, que han tenido que pasar por una serie de situaciones que en algún punto de su vida han afectado de manera significativa su autoestima, y esto lo cuentan ellas en las entrevistas realizadas, pero también prestan su cuerpo como lienzo para que la investigadora pueda fotografiarlas y contar sobre sus heridas y cicatrices de una manera visual, que se pretende pueda llegar a tocar fibras en quien lee esta tesis y así poder crear una reflexión sobre la visión e ideal que se tiene sobre el cuerpo femenino.

## Capítulo 4

### El ensamblaje de un cuerpo estereotipado.

#### 4.1 Un portafolio artístico y sus collages

Para poder explicar el porqué se eligió un portafolio artístico como producto comunicativo de este sustento teórico, es necesario definir al lector cómo se entiende la fotografía en este texto, y dar a entender que no sólo se trata de plasmar imágenes, si no de transmitir un mensaje a través de éstas con la finalidad de crear una reflexión.

Este portafolio artístico *La serpiente en la que me enredo* presenta collages fotográficos a partir de retratos en donde se busca mostrar emotividad en las imágenes y así poder llegar a traspasar las barreras físicas que dividen al lector y la obra.

El nombre fue seleccionado entre varios con la finalidad de transmitir una metáfora basada en la religión, siendo más específica en la historia de Adán y Eva, en donde, la serpiente los envuelve entre engaños para que desobedezcan las órdenes de Dios y este los destierre del paraíso.

Bueno, el paraíso es nuestro cuerpo y nos enredamos entre serpientes que son ejemplificadas en los estereotipos sociales de belleza que nos implementan día con día.

El retrato fotográfico tiene como predecesores principales al retrato pictórico y, más antiguamente, al acuñamiento de monedas. Pero en el retrato pictórico el esfuerzo del artista era no sólo reproducir lo más fielmente posible los rasgos faciales y, en algunos casos, corporales del noble que encargaba su propio retrato, sino que debía también representar el mundo interior, la personalidad, del retratado (Finol,

David Enrique; Djukich de Nery, Dobrila; Finol, José Enrique. *Fotografía e identidad social: Retrato, foto carné y tarjeta de visita*. 2012. pp 35)

Al igual que la belleza, la fotografía tiene significados muy diferentes, los cuales, dependen de quien la mire, una sola imagen puede causar emoción, alegría y amor en un individuo, pero en otro puede causar enojo, tristeza, rabia y decepción.

La fotografía en un inicio se creó para plasmar la realidad, para poder tener una memoria de lo que acontece en la vida al pasar del tiempo. La foto ha sido utilizada como una memoria física, una manera de poder mantener presente los recuerdos; más a lo largo de los años se le dio gran variedad de interpretaciones a esas posibles realidades, como son los gestos de las personas, los complementos que acompañan un paisaje, etc.

Es importante hacer una breve descripción de diferentes definiciones, de lo que se puede entender como fotografía, para no verla como una verdad absoluta, si no como una representación de distintas realidades dependiendo del individuo que la observe.

El concepto básico de la fotografía ha existido desde el siglo V a. C. Este arte nació en el siglo XI cuando un científico iraquí desarrolló algo llamado «la cámara oscura». Incluso entonces, la cámara en realidad no grababa imágenes, simplemente las proyectaba en otra superficie. Las imágenes también estaban al revés, aunque podían rastrearse para crear dibujos precisos de objetos reales como edificios.” (Toulouse Lautrec. Conoce la historia de la fotografía. 2022)

Saber de dónde proviene la fotografía y cómo fue evolucionando ante la mirada de la sociedad es interesante porque ésta fue diseñada, pensada y creada desde hace

muchos siglos. En sus inicios la fotografía, realmente causó una revolución mental entre las personas que se dedicaban a plasmar imágenes de personas, objetos y animales, a través de la pintura y que decidieron comenzar a realizar trabajos fotográficos, puesto que se pensaba que este nuevo medio les permitía hacerlo mucho más fielmente, plasmando de mejor manera las realidades adquiriendo diferentes funciones, entre ellas las de documentar la vida cotidiana y los hechos que sucedían en esta.

La fotografía juega un importante papel en la visualización de las actividades políticas, sociales o culturales del hombre que la convierten en un verdadero documento social. Si los periódicos constituyen una fuente histórica básica para la comprensión de los avatares del hombre durante los últimos siglos, la fotografía, sea la de prensa, la profesional o, incluso, la fotografía de aficionado, representa, con el cine y la televisión, la memoria visual del siglo XX y constituye un medio de representación y comunicación fundamental. Por ello, la documentación debe asumir su responsabilidad en la conservación y gestión de un patrimonio documental útil e informativo que, por muy diversas razones, no siempre ha sido bien tratado. (Gastaminza del Valle, Félix .El Análisis Documental de la Fotografía. pp 1)

La fotografía puede plasmar diversos contextos y se convierte en una memoria vivida sobre algunos sucesos históricos sociales, de los cuales, sin ella no se tendría registro alguno. Esta herramienta pasó a formar parte importante de movimientos culturales y luchas colectivas.

Una fotografía admite distintas lecturas e interpretaciones en función

del marco en el que se contemple o de la persona que realice esa interpretación. Desde el punto de vista del documentalista cada fotografía "existe" y "significa" .(Gastaminza del Valle, Félix .El Análisis Documental de la Fotografía. pp 2)

Enriqueciendo lo anterior se explica por qué se tomó la decisión de usar los retratos de las mujeres participantes, varios de ellos tomados desde las redes sociales, para realizar collage creativo, y se da una breve introducción de cómo se define el collage.

Lo que se pretende lograr en este producto comunicativo es que la sociedad entienda desde un punto distinto, que la belleza no solo es una, hay diferentes tipos de cuerpos en tamaños y formas y esto no hace a ninguna mujer, específicamente, menos que otra. Se busca dar a entender que el valor de las personas no depende de cómo lucen físicamente, el valor de cada individuo se mide por las obras que hace en su día a día, por las capacidades que tiene y las que busca desarrollar en su cotidianidad, por el impulso y aprendizaje que lleva constantemente y la belleza interior que puede desprender con los valores que lleva a cabo dentro de la sociedad en la que se vive.

Al elegir el retrato fotográfico como principal elemento se busca transmitir los procesos y dificultades que una mujer debe atravesar física y mentalmente para intentar “encajar” en un estereotipo social de belleza que cada día se vuelve más y más inalcanzable, orillando a las mujeres a caer en dietas, problemas alimenticios, cirugías plásticas, desarrollar depresión y/o ansiedad, entre otras cosas igual de preocupantes, como se aborda en la sección del planteamiento del problema en el primer capítulo.

Por otro lado, elegí realizar collages con estos retratos ya que el collage ha sido una técnica utilizada desde hace muchos siglos atrás, tomando más fuerza en el siglo

XX y siendo una herramienta de expresión con múltiples estructuras y variedad de significados al momento de mostrarlos al mundo.

Fue en el siglo XX, cuando el collage pasó a ser una técnica artística y adoptar ese nombre. Se considera que fue Pablo Picasso quien "inventó" el collage en 1912, con su pintura "Naturaleza muerta con silla de rejilla", aunque no se sabe con exactitud si fue Picasso o Georges Braque, que ya había usado collages en sus bocetos anteriores. (Castaño Carolina. Collage, una técnica creativa.)

En este portafolio artístico es lo que se buscó, transmitir desde una gran variedad de imágenes y recortes aquello que las mujeres narran en sus entrevistas que pueden llegar a sentir en un mundo donde la belleza es lo primordial. La técnica del collage, considero, ha representado un acto de rebeldía ante lo que la sociedad llegaba a decir que era el arte. Esta rebeldía la tomé como inspiración para poder crear un contenido que refleja el descontento y la subalternización que las mujeres pueden llegar a sentir con las normas sociales de lo que se considera bonito o no.

Al utilizar la técnica del collage con los retratos se busca lograr plasmar una visión diferente y de cierta manera más reflexiva de lo que las mujeres entrevistadas dijeron al momento de contar sus historias de vida; cómo se sienten siendo mujeres y viviendo día con día con la presión de ser perfectas, y cómo ellas interpretan estos pensamientos y los transmiten en su vida cotidiana a través de su vestimenta, maquillaje, sueños y deseos.

Se eligió realizar un portafolio artístico debido a que fue el formato que se encontró más pertinente para agrupar la serie de collages logrados. Al ser un portafolio artístico se le da mayor visibilidad e importancia a cada pieza, se le da un individualismo y una significación a cada una.

El collage como técnica fue elegida porque solo con fotografías estaba costando

trabajo transmitir lo que se quería plasmar, al no tener tanta experiencia en la fotografía y querer transmitir tantas cosas en una sola imagen, surgió la idea de intentar con los collages, y al intentarlo descubrí que es una manera creativa, sin tantas reglas y con mayor abarque de lo que tenía en mente para poder transmitir visualmente. No es sencillo encajar cada cosa, pero es satisfactorio lograr lo que se quiere al final.

#### **4.2 Historias de vida en una imagen**

Los collages creados sobre las cinco mujeres seleccionadas fueron plasmados desde la intimidad de su mente y corazón, exponiendo aquello que la sociedad considera no es algo visualmente bello, mezclándolo con objetos, recortes de revistas y periódicos y frases y en un collage que pudiera juntar en una sola imagen las emociones que se tienen al querer conseguir el cuerpo “perfecto”, esto sin caer en extremismos de fomentar una visión insana corporal, todo lo contrario, se buscó fomentar el amor propio y normalizar las cosas que son naturales en un cuerpo humano.

Algunos collages fueron realizados teniendo de base fotografías que tomé a algunas de las participantes y otros fueron seleccionados de las redes sociales, principalmente Facebook e Instagram, de cada mujer, esto debido a que por tiempos y actividades en ocasiones era complicado coincidir, cada retrato fue seleccionado y autorizado por cada mujer participante de este proyecto.

A partir de la realización de entrevistas donde las cuatro mujeres contaron sus historias de vida basadas en los estereotipos sociales de belleza en la actualidad, se eligieron frases y elementos que se consideraron pertinentes traducirlos visualmente con los collages y crear metáforas visuales con la ayuda de recortes de periódicos y

revistas y en su mayoría la estrategia de edición virtual.

Con cada collage se pretende transmitir los sentimientos, pensamientos y emociones de cada mujer al vivir en una sociedad en donde existe la belleza hegemónica y la idealización eurocentrista. La técnica que fue utilizada principalmente es el collage digital, que permite trabajar las fotos en un editor de imágenes, en este caso Canva, y así poder encontrar más elementos que pudieran, o no, encajar, dando la facilidad de trabajar con materiales de internet como revistas y periódicos, y utilizar solo secciones específicas de estas como si fueran recortes.

Con todo esto se eligió realizar un portafolio artístico debido a que da la pauta para explicar de manera más amplia y visual lo que se quiere decir en este texto de una manera concisa y queriendo causar en el lector una reflexión sobre estos estereotipos sociales de belleza con el que las mujeres deben vivir cotidianamente.

El portafolio como medio de aprendizaje se convierte, en relación con los estudios sobre “artefactos” o representaciones visuales, en un método adecuado para organizar, evaluar, ordenar, estructurar, visualizar y valorar el proceso de todos los contenidos o ítems que se seleccionen o incluyan. De esta forma se consigue dar coherencia y unidad a una serie de contenidos vinculados a la disciplina artística que pueden ser susceptibles de valoraciones o interpretaciones descontextualizadas, carentes de significado o de un grado de cognición poco elevado. (Hernandez, Fernando. Aguirre Antonio. Investigación en las artes y la cultura visual. 2012. pp 121)

Estas imágenes están cargadas de símbolos que por sí solas pueden pasar desapercibidas pero juntas pueden lograr un alto impacto en quien las mira. Están llenas de colores, de figuras, de fotos, de ideas, ideas que a pesar de lo complicado que puede resultar unir las se logró darle una forma en la que la autora de este texto pudo sentirse cómoda al mirarlas y pensar en lo que se logró con cada pieza.

El portafolio suele mostrar una serie de características que lo convierten en un recurso idóneo para la adquisición de habilidades y destrezas muy útiles para “aprender a aprender” y para “aprender a descubrirse”. En este sentido se evidencia la conexión de esta técnica con la evaluación y el currículo, y sobre cuestiones relativas a la construcción de la personalidad y de la identidad. (Hernandez, Fernando. Aguirre Antonio. Investigación en las artes y la cultura visual. 2012. pp 122)

Este portafolio de collages, por sí mismo resultó ser un camino de autodescubrimiento para la autora. El trabajo visual y el plasmar en cada recorte y figura las palabras de cada persona entrevistada no fue sencillo, el portafolio artístico implica el exponer tu capacidad y creatividad, reconocer lo que hay dentro de tu mente y todo eso plasmarlo en una foto o en una hoja que pasa a ser una pieza fundamental en el rompecabezas del trabajo a realizar.

En este proyecto se pretende que los collages mostrados sean un medio de expresión, un medio por el cual las historias de estas mujeres sean leídas y visibilizadas, y así poder crear una conciencia sobre el poder hegemónico que se basa en el ideal de belleza único y cómo este afecta a la integridad y salud mental de los individuos que queriendo o no, la consumen y la reproducen.

#### **4.3 Estado del arte del medio fotográfico y portafolio artístico**

##### **Esto es normal**

En este apartado se mostrarán fotos y páginas de redes sociales, (principalmente Instagram, que es una red social donde el principal atractivo es subir fotos y videos) que fueron inspiración visual para la creación de los collages para este proyecto de investigación, siendo también inspiración para la reflexión del tema de este proyecto. El material que se buscó en internet, el cual sirvió de motivación, se compone de fotos corporales, texturas entre piel y objetos utilizados en los retratos y

de diferentes estrategias fotográficas con respecto al tema principal que es el cuerpo y lo que se busca transmitir para aprovechar al máximo las propuestas y poder nutrir la imagen que se busca exponer en este portafolio artístico.

Se analizarán proyectos en los cuales se habla sobre el concepto de la belleza y el cuerpo, en estos se hace mención al *body positive*, movimiento que refuerza el amor propio creado para empoderar a las personas que han sido discriminadas por su físico, y la revolución que está causando en las nuevas generaciones, dado que las personas que transmiten este tipo de contenido cuentan con una gran cantidad de seguidores.

Los principales creadores de contenido en redes sociales y fotógrafos se consideraron para este proyecto debido a que la idea que transmiten sobre el cuerpo y el movimiento que han generado de aceptación corporal, me parece algo extremadamente importante en la sociedad actual, donde la belleza es uno de los principales motivos de integración en cualquier ámbito social. Estos personajes fueron la principal inspiración de este proyecto ya que muestran que la belleza viene de distintas maneras y tamaños y no es necesario encajar para sentirse bello.

## Belleza inusual. Cesar Lima



Fotografía de la belleza inusual del cuerpo humano. Caesar Lima.

Proyecto del fotógrafo Caesar Lima, lleva de nombre “Belleza inusual”.

Con este proyecto, Lima, pretende reforzar la idea que la belleza no es solo lo que consumimos continuamente en los medios de comunicación masiva.

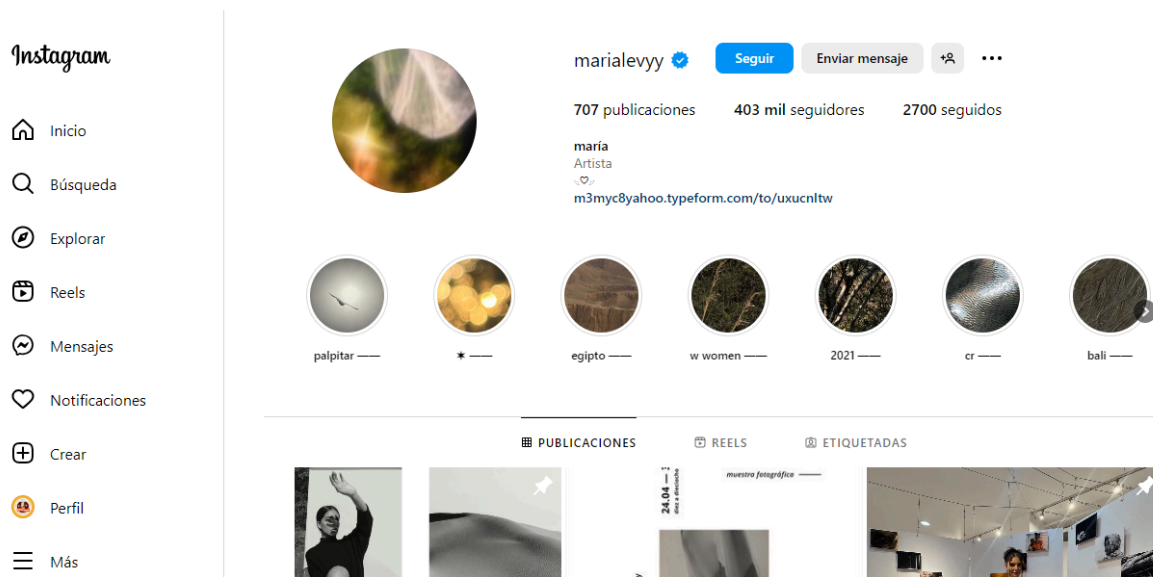


Fotografía de la belleza inusual del cuerpo humano. Caesar Lima.

Este fotógrafo se enfoca principalmente en las marcas de nacimiento y manchas en la piel, que en algún momento pudieron causar inseguridades tanto en hombres como en mujeres.

Hay gran variedad de conceptos en relación con la belleza, y en estas fotografías se pretende demostrar que la belleza también radica en lo diferente.

## María Levy



María Lopéz Levy, es una fotógrafa e influencer; el contenido que sube a redes sociales, principalmente a Instagram, es en relación al concepto de cuerpo. Las fotografías que aparecen en su biografía tienen la intención de mostrar el cuerpo de la mujer tal cual es, con estrías, rollitos de grasa, celulitis, etc.

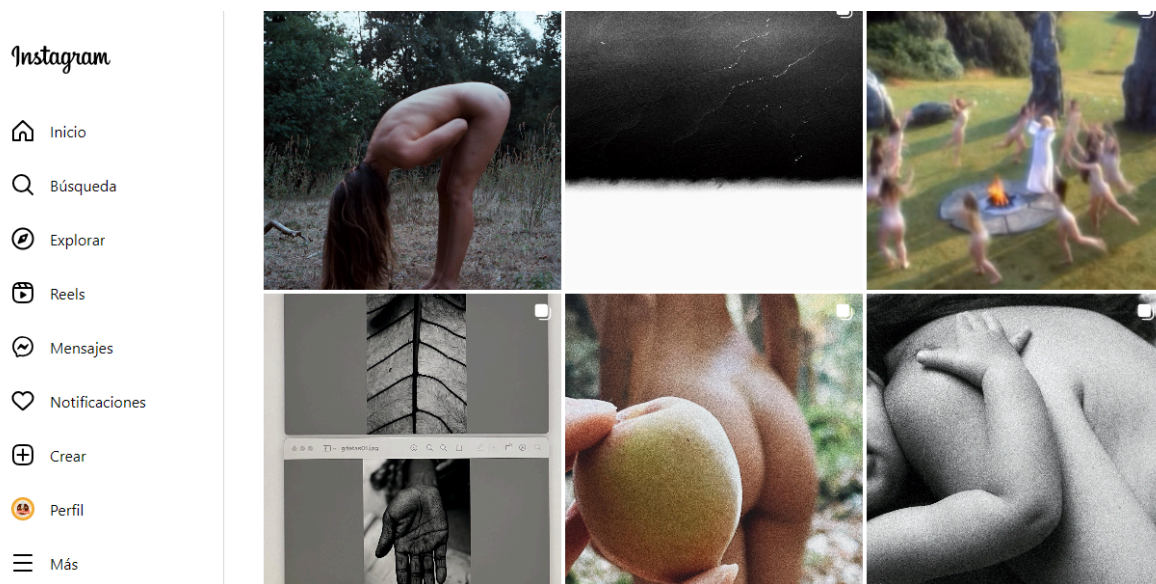
Ver el impacto que causan las fotos de María Levy en otras mujeres, pero sobre todo hacer conciencia del impacto que causaron en mí, ha sido el principal motivo para construir un camino en la aceptación corporal.

Esta biografía en Instagram ha sido el impulso y la principal idea creativa que motivó a elegir el tema de cuerpo, esto debido a que por vivencias personales siempre se creyó que el cuerpo tenía algo mal: la investigadora de este proyecto hace mención a que “me miraba en el espejo y no me gustaba lo que veía, porque lo que consumo en internet y en los medios de comunicación no lucían como yo”.

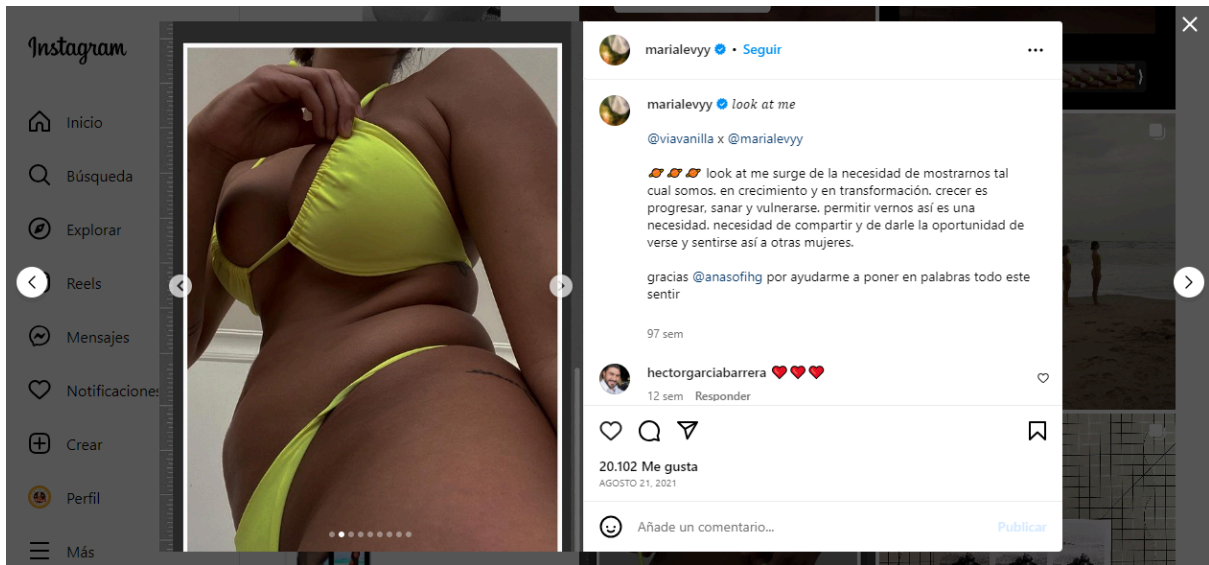
Cuando se encontró la cuenta de María Levy, la redactora de este texto logró sentirse identificada, analizó que es normal tener estrías y que la celulitis le sale hasta a la persona más famosa, y que el cuerpo humano no debería de esconderse

por el simple hecho de que nos dijeron que no éramos perfectas tal y como somos.

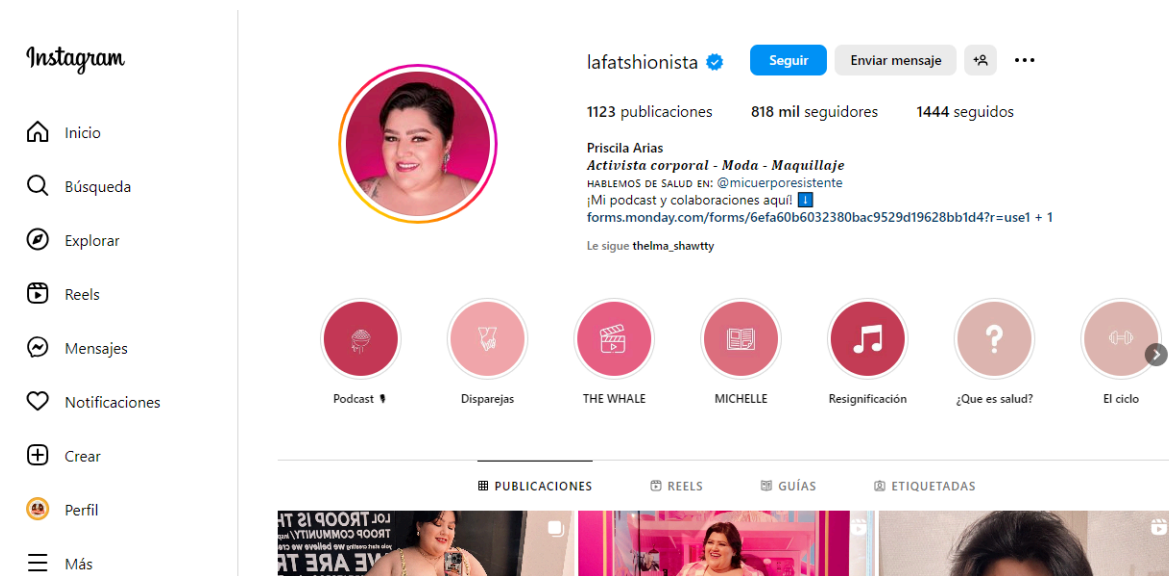
Maria Levy es muy abierta en los procesos que vivió con su cuerpo, en sus redes expone sobre los problemas alimenticios que sufrió, como la anorexia, y cómo los estereotipos de belleza fueron pieza fundamental en esto.



Sus fotografías, ha comentado ella, son tomadas con su teléfono celular o con una cámara profesional. En redes hace dinámicas ocasionalmente en donde sus seguidoras le mandan fotos o videos de aquellas “imperfecciones” que les causan inseguridades y ella hace collages o videos con ese contenido que le envían.



## Priscila Arias.



Priscila, mejor conocida como La Fatshionista, es publicista de profesión, maquillista y estilista profesional, escritora en *Cosmopolitan Latinoamérica* y directora general de *Real Plus Size Models*.



Priscila, es una mujer considerada *plus size* (es un término que se le da a mujeres de tallas extras), ha sido discriminada, ofendida y denigrada por su peso en distintos medios de comunicación.

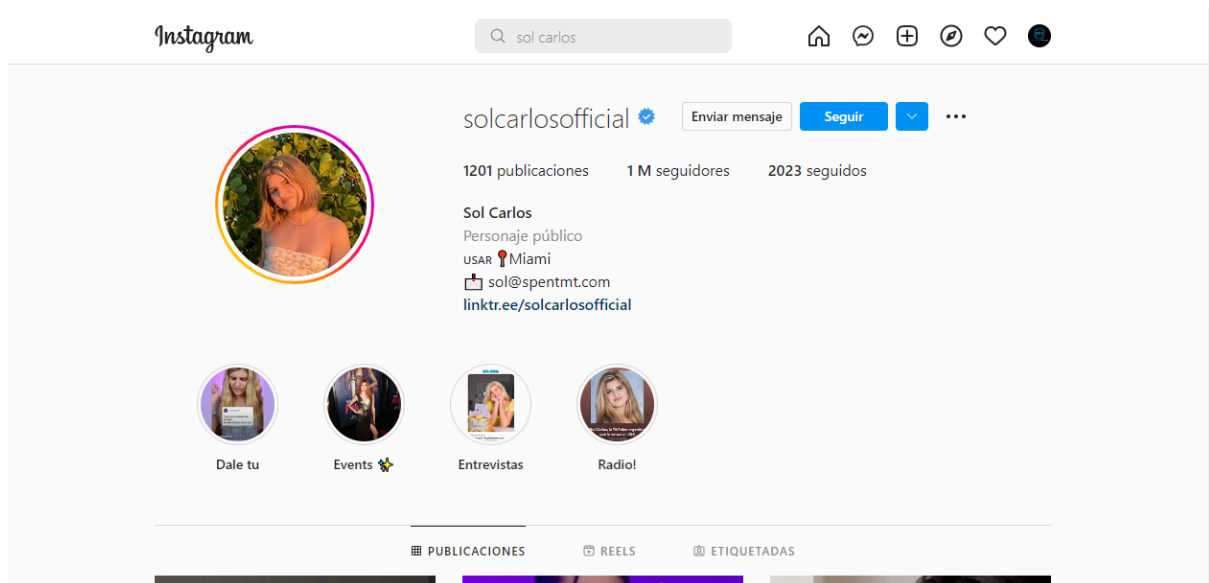
Ella se dedica a promover el amor propio y a visibilizar una imagen corporal real. Es fiel a la idea de promover el *body positive*, el cual incita a las mujeres a admirar sus cuerpos tal cual son y entender que no todo lo que vemos en redes sociales es real o sano.

Se tomó como ejemplo la red social de esta influencer y se tomó la decisión de incorporar, ya que, ella ha hablado de su proceso corporal y de cómo la sociedad desde que ella era pequeña le decían que debía de ser más delgada, y que no era bonita por ser gorda, lanzando esta palabra como si fuera una ofensa. Ella comenta en algunos videos que sube a sus redes sociales que comenzó a hacer dietas desde los nueve años y que pensó en realizarse cirugías estéticas para poder bajar de peso, pero fue hasta que cumplió veintinueve años que comenzó con su proceso de amor propio.



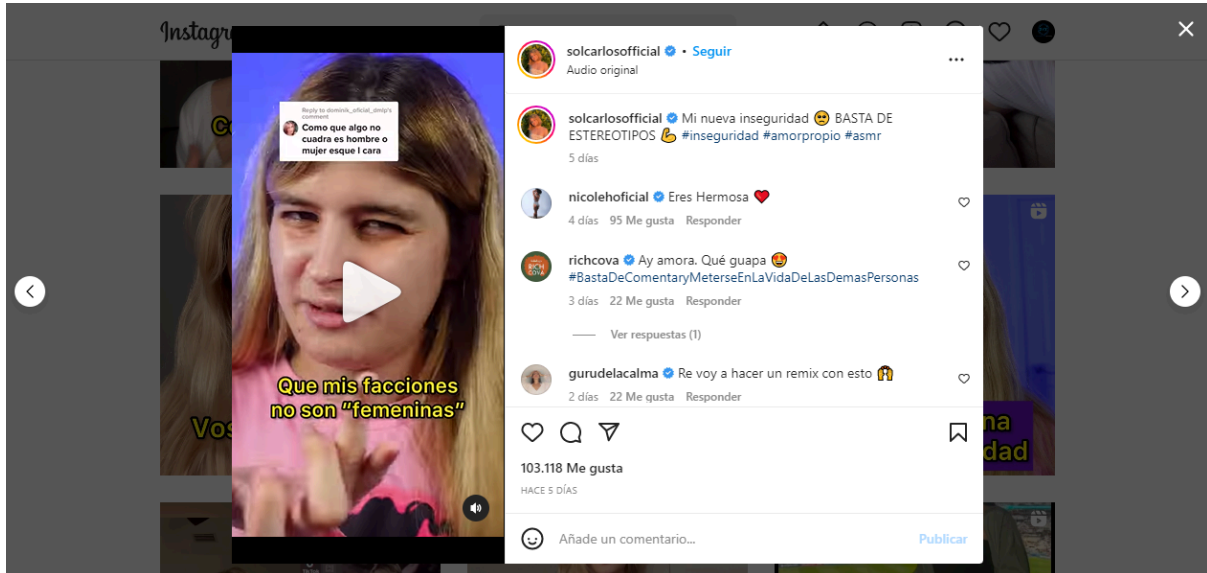
Sus fotografías están llenas de comentarios en donde personas de talla extra se sienten identificadas con ella y la consideran una motivación para poder aceptar y amar su cuerpo, pero sobre todo a valorarlo y respetarlo.

## Sol Carlos

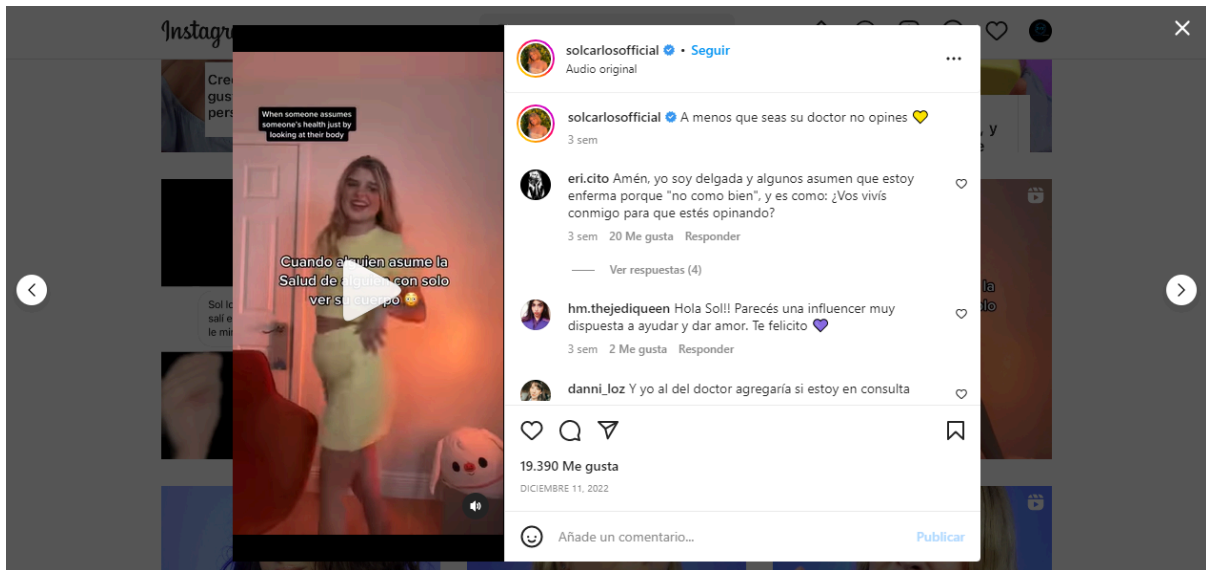


Sol Carlos, es una joven argentina que reside en Estados Unidos, ella tiene 25 años y es una tiktoker (creador de contenido en la red social Tiktok) que habla sobre la

realidad que viven las mujeres día con día tratando de encajar en los estándares sociales de belleza que se imponen en la actualidad.



Esta joven es tomada como referencia en este escrito, debido a que expone ante su comunidad en redes los procesos que ha tenido que pasar a lo largo de su vida para poderse sentir atractiva, ya que la sociedad critica cada parte de su cuerpo como le nace en gana. La famosa tiktoker sube videos y fotos explicando y tratando de concientizar a las personas que la miran, que los cuerpos que existen en la sociedad son diferentes y que no hay porqué cumplir con normas corporales que pueden estar lejos de la realidad en el colectivo social al que pertenecemos.



El objetivo del contenido que ella publica es siempre promover el respeto y la empatía ante la gran diversidad de cuerpos que hay en el mundo. Realmente es reconfortante encontrarse con cuentas en internet que promuevan este tipo de pensamiento, debido a que hay miles de mujeres y niñas que pueden llegar a identificarse con lo que esta joven transmite en la imagen pública que maneja, se muestra tal cual es y da un mensaje en donde demuestra que lo que nos han dicho que son “imperfecciones” es realmente algo natural en cualquier cuerpo humano.

## Pablo Picasso



Pablo Picasso. Women Spanish. Cubismo.

Pablo Ruiz Picasso fue un pintor y escultor español, creador del género cubismo junto con Georges Barque. Este artista es uno de los mayores ejemplos en la industria del arte, generó obras muy famosas como La vida, La mujer que llora, entre otras. Picasso trabajó con diferentes tipos de técnicas en el arte, pintando en óleo, realizando collages, esculturas y dibujos a lápiz.

Se tomó en consideración a este artista debido a que sus collages buscaban representar una forma de rebeldía ante un estereotipo sobre los artistas. Picasso utilizaba gran cantidad de símbolos y representaciones en sus obras hasta lograr que cada una encajara y transmitiera más de un mensaje.

Es una fuerte inspiración seguir la desorganizada organización dentro de un collage, no es tarea sencilla, puede ser visto como algo sin sentido, pero cada imagen, cada letra, cada nota, está perfectamente pensada para poder añadirse en una imagen que puede por sí sola narrar alguna historia.



Pablo Picasso. Naturaleza muerta con silla de rejilla.

En el collage no se limita a trabajar con una sola imagen, está llena de patrones, de colores, de texturas y sobre todo de tiempo y creatividad que nutre la pieza final que ya es una obra de arte.

Para este portafolio ha sido inspiración este artista debido a que las reglas que se deben seguir en un collage son que, principalmente, no hay reglas, no debe lucir perfecto, no debe ser estéticamente atractivo ni visiblemente detallado, es un conjunto de imágenes que pretenden enviar al receptor un montón de símbolos que pueda asociar a su cotidianidad y así causar inconscientemente reflexiones emocionales, personales y sociales.

## Lola Álvarez Bravo



Lola Álvarez Bravo. México.

Lola Álvarez Bravo, fue una fotógrafa que documentaba la vida cotidiana de los pueblos y las ciudades en México y las plasmaba en fotografías, mostraba las realidades de estos al mundo. Además de haber retratado a la pintora mexicana Frida Kahlo.

Esta gran artista se tomó en consideración en este proyecto debido a que en el área del collage sus trabajos son muy vibrantes para quien los mira. Sus fotos son una gran herencia histórica, pero esta artista no solo sobresale por ser una gran

fotógrafa, ella además impulsó en México el modernismo y la experimentación con la imagen. Ella trabajó collages donde hablaba sobre las cuestiones políticas que ocurrían en los años sesenta.



Lola Álvarez Bravo. Universidad Femenina.

Al mirar sus collages pude notar que existe algo en común entre ella y yo, la necesidad de contar algo, una historia, una vida, la inquietud de lograr mover algo en la persona que observe y analice el collage.

La mezcla de imágenes, letras, recortes, es solo la explosión de ideas que en una sola imagen no podrían contarse con tanta intensidad como el collage nos da la oportunidad de hacerlo.

Busco la esencia de los seres y de las cosas, su espíritu, su realidad. El interés, la experiencia propia, el compromiso ético y estético forman el tercer ojo del fotógrafo. Hay quien lo enfoca hacia el paisaje, yo me siento atraída por los seres humanos. Lola Álvarez Bravo

### Hannah Hoch



Hannah Hoch. Modenschau. 1935

Hannah Hoch es una artista alemana dedicada a la expresión del arte a través del collage. Buscaba combinar una o más fotografías con la finalidad de crear una nueva imagen a través de la composición de esta misma. Esta artista trabajó a principios del siglo XX, teniendo una gran cantidad de obras como The Bride, Dada Crítica, The Puppet Balsamine, entre otras.

Al investigar sobre esta artista, logré conectar con sus imágenes de una manera que me pareció curiosa. Descubrí que fue una mujer activista en la lucha feminista y es por ello que considero logra encajar con el tema que elegí en mi proyecto y lo que quiero transmitir en este.

Ella buscaba empujar e incomodar esos estándares de belleza patriarcales, quería que en sus obras la fluidez del género y la sexualidad fueran vistas desde un punto de vista femenino. Esto logró gran impacto en la sociedad en la que ella vivía y le dio pie a ser una pionera para un movimiento en donde únicamente había hombres y lo que se transmitía era solo la visión masculina.

Cada una de sus piezas es una historia, un acto de rebeldía, cada recorte e imagen lograda es un grito de una mujer que está cansada de la misoginia y el poder que ejerce un patriarcado en el mundo. Esta mujer sabía que alguien tenía que decir algo sobre esto, y ese alguien era ella.



Hannah Hoch. Indian Formella Dancer.

Algunas de sus obras me inspiraron para la creación y elección de imágenes en mis collages para así poder encontrar y explotar mi creatividad a la hora de montar las imágenes y mezclarlas entre sí. Parece ser algo sencillo, pero realmente es algo

que cuesta trabajo hacer, cada imagen tiene un porqué y un motivo de estar, cada recorte le da un toque único a lo que se transmite.

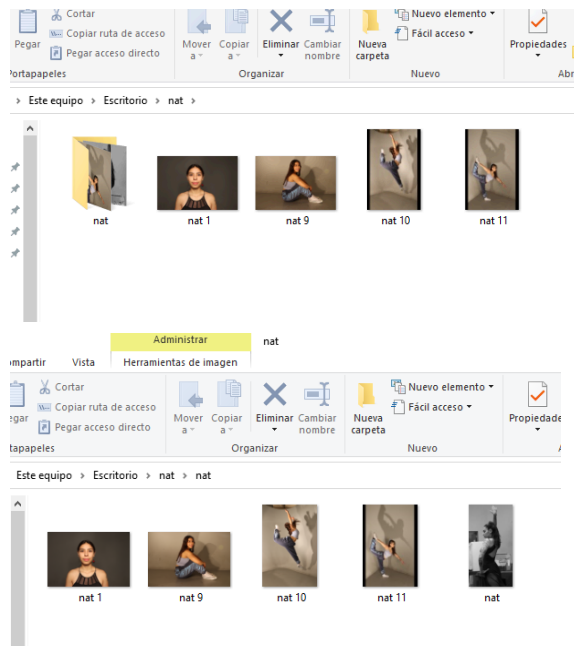
Finalizando esto, decidí que mi proyecto sería un portafolio artístico en donde muestro collages hechos de manera digital y de ensamblaje. Trabajé con cinco mujeres que dieron autorización de usar imágenes de sus redes sociales (seleccionadas por ellas) y les agregué recortes, frases e imágenes que representan de manera visual lo que ellas mencionan en sus historias de vida.

Este portafolio está compuesto con imágenes de tamaño carta impresas en papel fabriano, en un formato vertical, se imprimió un solo ejemplar y se realizó una versión virtual para una mejor distribución. El portafolio está diseñado en una caja en blanco y negro que dé la oportunidad de proteger de mejor manera cada impresión.

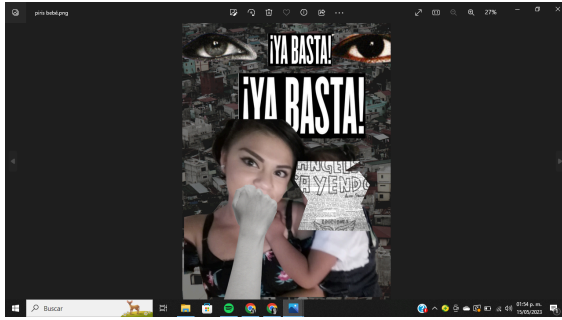
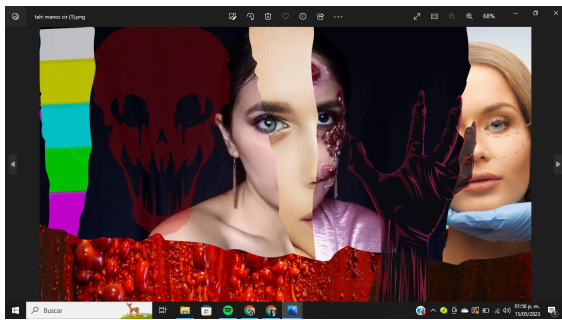
#### **4.4 Bitácora del proceso de realización del producto comunicativo**

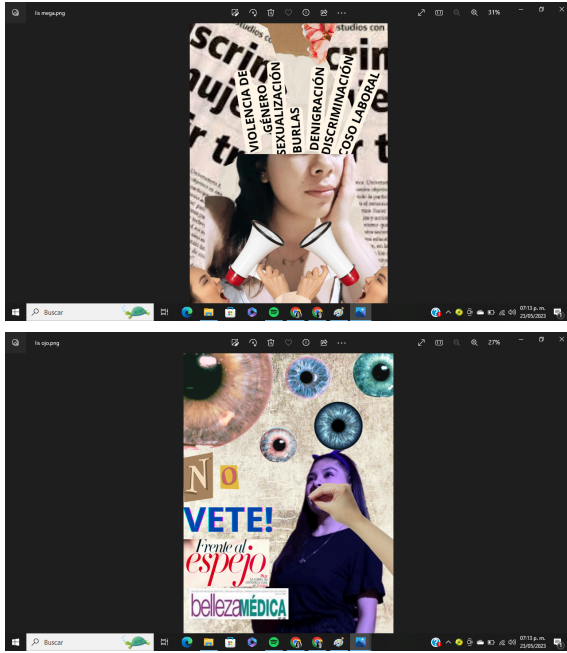
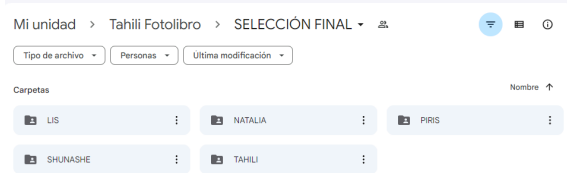
A continuación, presento la bitácora de realización de mi producto comunicativo, en donde cuento cada proceso y decisión tomada en el proceso de producción de este mismo. Todo esto con la finalidad de lograr el resultado de un portafolio artístico que logre causar reflexión en las personas.

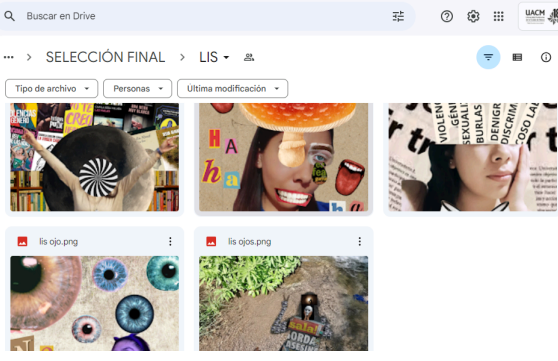
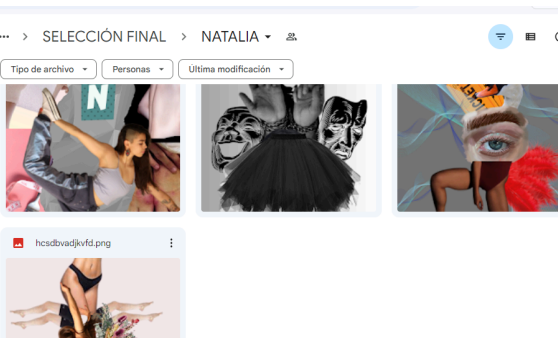
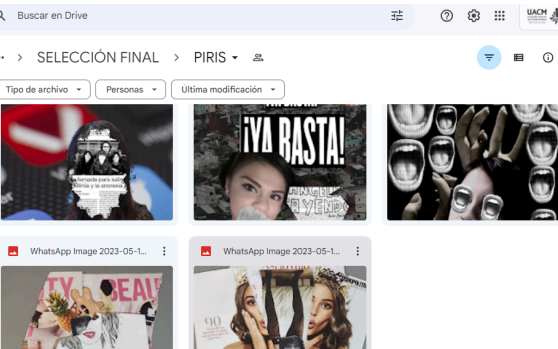
Lugar Actividad	Descripción de actividades	Ejemplos
Actividad 1	Se tomaron alrededor de 30 fotografías a Eva Natalia Barrón Gonzalez, una de las cinco chicas que participa en este proyecto, de las cuales fueron seleccionadas cinco fotografías para	

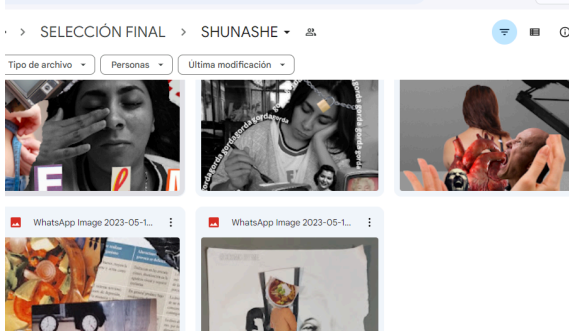
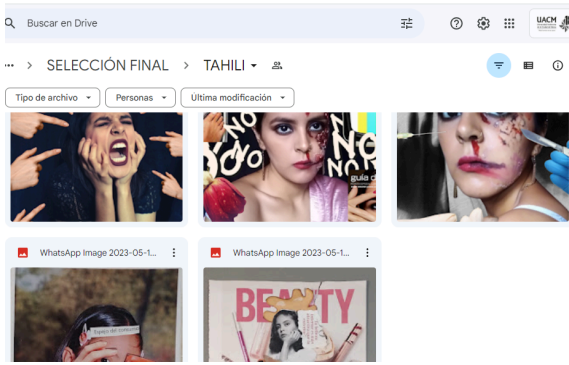
	<p>introducir en el portafolio. Esto con la finalidad de obtener imágenes que en un inicio fueron consideradas para un fotolibro, lo cual cambió en el proceso de la creación de este producto. Para esta selección de fotos hubo un problema con la memoria de la cámara y las fotografías no pudieron rescatarse en su totalidad.</p>	
<p>Actividad 2</p>	<p>Al tomar la decisión de que el producto sea un portafolio artístico, se comenzó a trabajar en la visualización de collage. Se realizaron búsquedas de obras que tuvieran que ver con la visión y estructura que se pretende dar a los collages seleccionados, esto con ayuda de la profra Tania Barberán, Directora de este trabajo, quien aportó y apoyó en la búsqueda de estas imágenes que serían tomadas como inspiración en este proyecto.</p>	

<p>Actividad 3</p>	<p>Se comenzó con la edición de las fotografías que se le tomaron a Natalia Barrón, una de las chicas que accedieron a ser participantes en este proyecto. Algunas imágenes fueron seleccionadas por la participante desde su red social Facebook, esto debido al problema ya mencionado con la memoria de la cámara. En este proceso, se crearon un total de 16 collages.</p>	
<p>Actividad 4</p>	<p>Se crearon varios collages de Natalia, dando continuidad a las imágenes de Shunashe Avila. Las imágenes de esta chica fueron seleccionadas principalmente de su red social Facebook. En este caso el total de collages fue de 18 piezas.</p>	
<p>Actividad 5</p>	<p>La creación de estas imágenes dio continuidad a los collages de Lisseth González. Las imágenes que se usaron para los collages de esta chica fueron seleccionadas y tomadas de su red social Facebook. Para los collages de Lisseth el resultado fue de 11 piezas.</p>	

<p>Actividad 6</p>	<p>Siguiendo con la creación de estos collages, la siguiente fue Brenda Victoria, quien al igual que las demás chicas, seleccionó fotografías de su red social Facebook para la elaboración de sus imágenes. En este caso fueron 7 collages.</p>	
<p>Actividad 7</p>	<p>La última participante, Tahili Gonzalez. Seleccioné fotografías que tenía del taller de fotografía que cursé en la UACM como materia optativa, las edité y las usé como collages. Finalizando con 11 collages.</p>	
<p>Actividad 8</p>	<p>De igual manera, se realizaron collages utilizando una técnica física y no virtual, usando recortes de revistas y periódicos e impresiones, dando como resultado 13 piezas, de las cuales mínimo son dos de cada chica participante.</p>	
<p>Actividad 9</p>	<p>En total fueron realizados 76 collages, se utilizó una técnica de ensamblaje de manera digital y física. Las fotografías que fueron seleccionadas algunas fueron tomadas por mí y otras tantas fueron</p>	

	<p>seleccionadas de facebook e instagram por las chicas participantes, las piezas que complementan las imágenes de las chicas fueron recortes de revistas, fotografías e imágenes de internet tomadas de periódicos o sitios web referentes a la belleza. Los textos que se incluyen en los collages son palabras que las chicas mencionan en sus entrevistas y otras tantas están compuestas por recortes de letras de periódicos, secciones de belleza de revistas, notas de violencia, abuso, racismo, gordofobia, problemas alimenticios, y textos publicitarios con referencia a tratamientos estéticos.</p>	
<p>Actividad 10</p>	<p>Se realizó una selección final de los collages que se utilizaron de cada chica. Se analizó cada pieza y se seleccionaron aquellas obras que se consideraron pertinentes para el tema que se trabajó en este proyecto. No fue fácil, porque a lo largo de la realización de esta investigación fueron creados una gran variedad de collages.</p>	

<p><b>Actividad 11</b></p>	<p>De la participante Lisseth Curiel, se seleccionaron cinco collages que transmiten lo que ella explica y comenta en su entrevista. La profesora Tania Barberán, codirectora de este trabajo, me orientó para corregir algunas cosas y que los collages quedaran de mejor manera y con mensajes más claros.</p>	
<p><b>Actividad 12</b></p>	<p>Con la chica Natalia Barrón, se realizaron más collages, pero solo se eligieron cuatro de ellos, ya que se consideró los que son más pertinentes y relevantes para mostrar en este caso. No fue fácil elegir entre la variedad de fotografías que esta chica tiene, debido a que es bailarina y las imágenes que proporcionó se prestan para trabajar con ellos en gran manera.</p>	
<p><b>Actividad 13</b></p>	<p>Con Brenda Victoria, se tuvo especial cuidado debido a que es madre y en los collages se pretendía transmitir el amor y protección que tiene hacia su hija, siempre cuidando la integridad de la misma, no se mostró el rostro de la pequeña y solo se seleccionaron cinco collages de esta chica.</p>	

<p>Actividad 14</p>	<p>Con Shunashe Avila, se pudieron crear una gran variedad de collages, todos de temas muy variados y específicos. Las fotos que proporcionó la chica funcionaron de gran manera para poder ensamblar recortes e imágenes en sus fotografías para poder transmitir una gran variedad de mensajes.</p>	
<p>Actividad 15</p>	<p>Al realizar los collages utilizando mi propia imagen no fue sencillo, observar mis fotografías y querer colocar mensajes fue complicado porque había tanto que decir y me parecía poco el tamaño para poder transmitirlo. Fue complicada la selección debido a que al realizar los ensamblajes dentro de mis fotografías quería seleccionarlas todas, me parece que las imágenes que quedaron al final son adecuadas para este trabajo y son las que mejor quedan en relación al tema.</p>	

## Presentación del producto comunicativo

### Ficha Técnica

Título: *La serpiente en la que me enredo*

24 collages digitales

21.5 x 33 cm

Técnica de impresión: Impreso en papel Couche

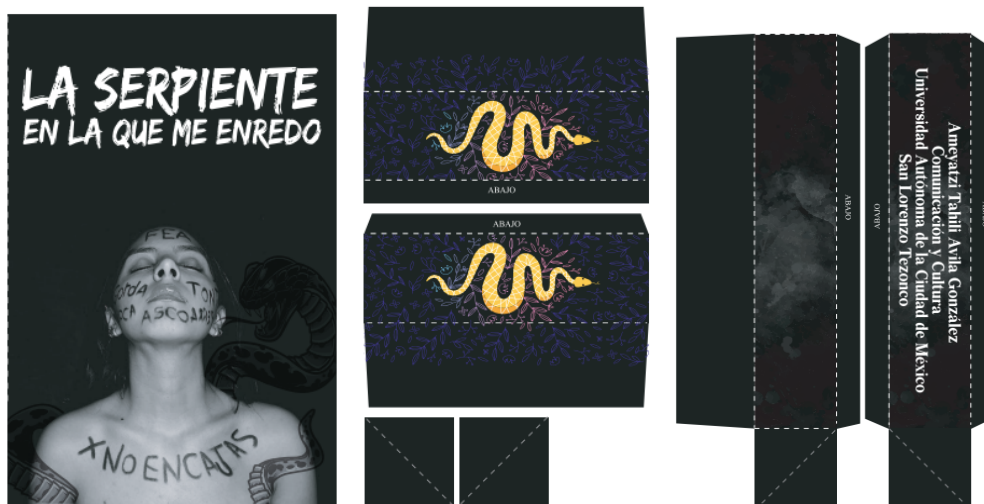
Caja impresa en adherible unida a papel caple 22.5 x 34 cm

Tríptico 18 x 30 cm

Tiraje: 1 ejemplar

Julio 2023

A continuación, se muestra el boceto de la caja donde los collages realizados son resguardados. Esta caja está hecha en cartón duro con unas medidas de 22.5x34 cm. y es en color negro teniendo como imagen principal un autorretrato realizado con la finalidad de crear desde un principio la reflexión corporal en una mujer.



El folleto realizado para acompañar la caja y los collages lleva una breve explicación del objetivo de esta investigación y del porqué se decidió realizar como conjunto los collages alusivos al cuerpo y a los sentimientos de las mujeres que participan en

este proyecto.

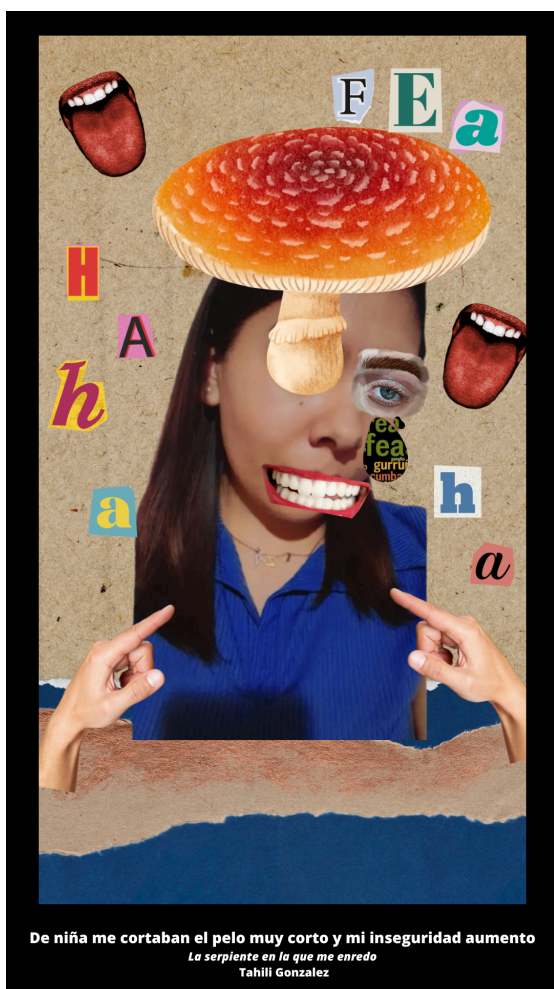


Las imágenes seleccionadas para ser intervenidas en forma de collages fueron elegidas por las participantes, dando el permiso de poder modificarlas con la finalidad de nutrir este proyecto escrito.

Se seleccionaron entre cuatro y cinco collages de cada chica en donde las

imágenes compuestas llevan mensajes múltiples con referencia a lo que cada mujer habló en su entrevista, dándole así individualidad y mayor potencia a cada una de ellas por separado.

La selección final no fue sencilla, debido a que los resultados en total de los collages daban más de cincuenta imágenes, el elegir cuatro o cinco de cada chica fue un reto, pero al final los collages elegidos fueron los que se consideraron con mayor potencia.





Lo que menos me gusta viene de mi cuello para abajo  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahili Gonzalez



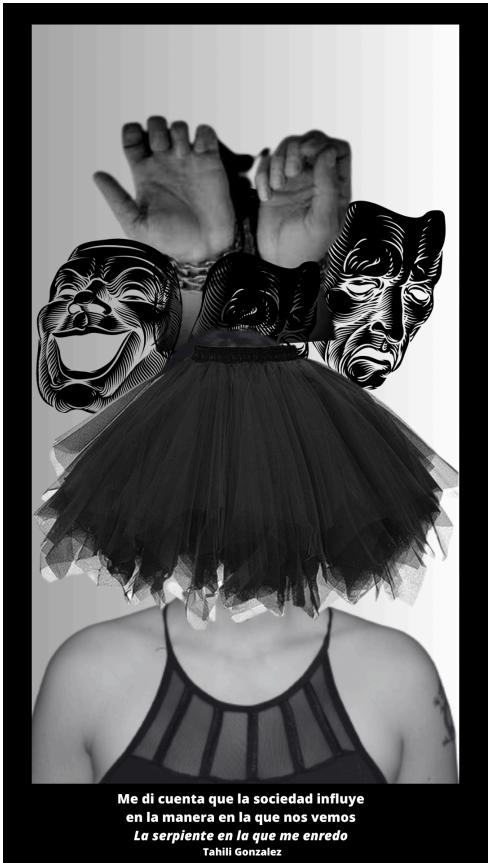
Las personas morenas no eran de su agrado  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahili Gonzalez



Siempre creí que yo era la que estaba mal  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahili Gonzalez



Me tuve que enfrentar a mis pensamientos  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahili Gonzalez



Me di cuenta que la sociedad influye en la manera en la que nos vemos  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



Es difícil tener que vivir constantes comparaciones entre bailarinas  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



Desde pequeña siempre hubo presión para que mi cuerpo luciera de cierta manera  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez

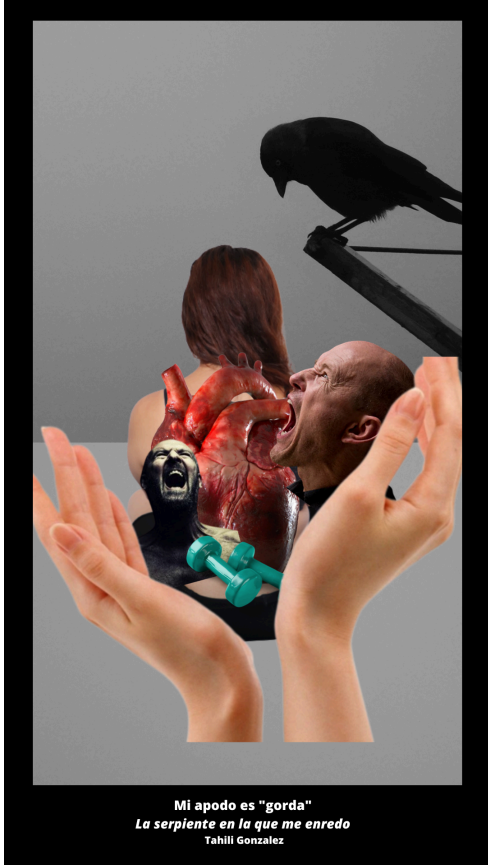


Sabía que no se iban a ir  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez





**Siempre me he sentido prisionera de mi propia mente**  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



**Mi apodo es "gorda"**  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



**Viví mucho tiempo en dieta**  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



**Crecí deseando ser alguien más**  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



Me gustaría verme como las mujeres de las redes  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



Inconscientemente sentí repulsión por mi propio cuerpo  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



Mi cuerpo siempre fue mi peor enemigo  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



Sentirme de esa manera, fue mi peor castigo  
*La serpiente en la que me enredo*  
 Tahilli Gonzalez



Me dijo que nadie iba a quererme por ser morena  
*La serpiente en la que me enredo*  
Tahiri Gonzalez



Yo no me agradaba a mí misma  
*La serpiente en la que me enredo*  
Tahiri Gonzalez

## Reflexiones finales

Hablar sobre estereotipos y moldes sociales relacionados a lo que se considera belleza, es algo complicado. A lo largo de este trabajo profundizo y reflexiono en cómo he llevado a mi cuerpo a varios extremos, desde querer ser delgada y caer enferma en cama al punto de casi morir, hasta el querer comer más para poder crecer muscularmente y que las personas me puedan ver atractiva.

Este trabajo me ha servido como un tratamiento al alma, casi un diario en donde en cada página entrego un poquito de lo que ha sido mi vida y la de otras chicas. Debo admitir, que hacer este trabajo abrió heridas que creí ya estaban sanadas y fue muy doloroso darme cuenta de que aun me falta camino por recorrer.

Hablando profesionalmente, como una mujer que estudió sobre lo que significa la comunicación y cómo es que la llevamos a cabo. Debo admitir que esta licenciatura me abrió la mente, los ojos y el corazón. Siempre lo he dicho, la Universidad fue mi mas grande terapia, me ayudo a verme y ver el mundo de otra manera y al realizar este proyecto me di cuenta de que como sociedad aún nos falta mucho camino por recorrer y aprender, sobre todo respetar y entender que no se habla de cuerpos ajenos si no sabemos la historia que hay detrás de ellos.

En este trabajo se llegó a determinar a través de las entrevistas realizadas, cómo para las mujeres que participan en esta investigación ha sido difícil vivir consigo mismas. Reforzar el amor propio no es algo sencillo en un mundo en donde existe el patriarcado, el acoso y los estándares sociales respecto a la belleza que se imponen sobre ellas, se reconoce que también llega a ser difícil entender que estos conceptos lideran el mundo social.

El cuerpo de la mujer a lo largo de los años ha sido, cosificado, estigmatizado,

estereotipado y subalternizado, es difícil y al mismo tiempo impactante poder llegar a comprender cómo por el simple hecho de ser mujeres se debe llegar a cumplir reglas para poder satisfacer las necesidades físicas y mentales de otra persona, poniendo así en riesgo las propias.

Las cinco mujeres en conjunto llegaron a la conclusión de que las charlas más complicadas y profundas que hay entre mujeres son aquellas en las que tratan de encontrar una respuesta al porqué su cuerpo no luce como lo que ven en redes sociales y televisión, cómo les explicarán a sus hijas(os) que no podrán llegar a cumplir todos los estándares corporales que se les serán impuestos y hacerles entender que su persona vale y debe ser respetada sin importar cómo luzca físicamente.

¿Cómo se les explicara a las mujeres del mañana que la lucha sigue vigente y que se le debe de dar más importancia a los valores y virtudes que se poseen como persona cuando lo que parece importar es solo cómo luce el cabello, el cuerpo, los ojos, esas cosas que se notan superficialmente y que no describen en su totalidad a un individuo?

En cuanto a las reflexiones en la percepción que se tiene en relación con el amor propio, me parece que es algo que se debe trabajar constantemente, es un tema que debe ser más hablado y visto como algo natural, las personas debemos entender que para poder ser aceptados debemos primero aceptarnos a nosotras mismas, no hay por qué encajar en la mirada de alguien externo, debemos encajar en nuestra propia mirada.

La sociedad es un régimen difícil de modificar, pero no se debe perder la esperanza.

Aunado a esto, se tuvo la idea de hacer un fotolibro que fuera complemento de

este escrito, el cual fue modificado a lo largo del trabajo. La decisión final fue realizar un portafolio artístico conformado por varios collages, en donde cada chica tiene entre cinco y cuatro piezas individuales, en las cuales el objetivo siempre fue plasmar mensajes que ellas habían mencionado en sus entrevistas.

Los collages no fueron sencillos de realizar, había demasiadas cosas que se pretende decir en una sola imagen, a veces me sentí frustrada por no poder decir más, pero considero que las piezas elegidas dicen lo correcto.

Espero que las personas que vean estas piezas puedan adentrarse en cada historia y reflexionar sobre cómo vemos el mundo y a las personas que lo habitamos.

*En mi mente veo una línea. y más allá de esa línea veo campos verdes y flores bonitas y hermosas mujeres con sus brazos extendidos hacia mí a través de esa línea, pero parece que no encuentro ninguna manera de llegar hasta allí, parece que no puedo cruzar esa línea (Harriet Tubman. 1900)*

## Bibliografía

Arias, P.

<https://www.instagram.com/lafatshionista/>

Antena 3. *Anitta explica su afición a la cirugía estética: "Yo misma diseñe mi cara"* - *El Hormiguero 3.0*. (2019)

<https://www.youtube.com/watch?v=jz9iDrogU8w>

AvancePsicologos. *Amor propio: Qué es, cómo te afecta y cómo cultivarlo*. (2023)

[https://www.avancepsicologos.com/amor-propio/#%C2%BFQue es el amor\\_%20propio](https://www.avancepsicologos.com/amor-propio/#%C2%BFQue es el amor_%20propio)

Branden, N. *El poder de la autoestima*. Leader Summaries. (2023)

<https://www.leadersummaries.com/es/libros/resumen/detalle/el-poder-de-la-autoestima>

Cámara de Diputados. *En los últimos 20 años, anorexia y bulimia crecieron 300 por ciento en México*. (2019)

<http://www5.diputados.gob.mx/index.php/esl/Comunicacion/Boletines/2019/Octubre/27/2583-En-los-ultimos-20-anos-anorexia-y-bulimia-crecieron-300-por-ciento-en-Mexico>

Carlos, S.

<https://www.instagram.com/solcarlosofficial/?hl=es-la>

Castaño, C. *Collage, una técnica creativa*. (2023)

<https://galeriaimpresionarte.com/blogs/news/collage-una-tecnica-super-creativa>

CISION PR Newswire. *La encuesta global 2020 de la ISAPS muestra cambios significativos en los procedimientos estéticos durante la pandemia.* (2021)

<https://www.prnewswire.com/news-releases/la-encuesta-global-2020-de-la-isaps-muestra-cambios-significativos-en-los-procedimientos-esteticos-durante-la-pandemia-825682364.html>

Concepto. *Capitalismo.* (2023)

<https://concepto.de/capitalismo/#:~:text=De%20acuerdo%20al%20materialismo%20hist%C3%B3rico,bienes%20que%20ellas%20mismas%20produjeron>

Dark Room. *Fotografía de la belleza inusual del cuerpo humano.* Lima, C. (2023)

<https://darkroomlaboratorio.com/fotografia-de-la-belleza-inusual-del-cuerpo-humano/>

Del Valle Gastaminza, F. *El Análisis Documental de la Fotografía.* (2023)

<http://200.2.12.132/SVI/images/stories/fotoperiodismo/pdf/delvalle.pdf>

Dr. C. Martínez Estupiñán, L. Martínez Aparicio, L. Dr. Martínez Aparicio, L. Dr. Morales Piñero, S. Dr. Mata Cuevas, R. *Inyección de aceite en los miembros superiores con fines estéticos.* (2019)

<https://www.medigraphic.com/pdfs/medicadelcentro/mec-2019/mec194h.pdf>

Duque Ayala, L. *El rol de los medios de comunicación masiva (televisión) y el impacto estético de la cirugía plástica en jóvenes y mujeres.* (2013)

<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/1482>

Finol, David Enrique; Djukich de Nery, Dobrila; Finol, José Enrique. *Fotografía e identidad social: Retrato, foto carné y tarjeta de visita.* (2012)

<https://www.redalyc.org/pdf/1990/199022708003.pdf>

Gastaminza del Valle, F. *El Análisis Documental de la Fotografía.* (2023)

file:///C:/Users/HP/Downloads/ecob,+59340-4564456547707-1-CE.pdf

Guerrero Zavala, MF. *Género y poder: tinturas que colorean los cuerpos modificados*

quirúrgicamente de seis mujeres mexicanas. 2009.

<https://repositorio.colmex.mx/concern/theses/2514nk75x>

Henao Vásquez, M. *EL ESTIGMA DE LA MODIFICACIÓN CORPORAL REDISEÑO DEL CUERPO HUMANO EN LA CIUDAD DE MEDELLÍN*. (2018)

<https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/4308/EI%20estigma%20de%20la%20modificaci%C3%B3n%20corporal.pdf?sequence=1>

Herrera Zamarron, C. *Estética de la co-creación o creación de una estética nueva. Articulación de relatos visuales en el fotolibro*. (2017)

[https://www.academia.edu/36116735/Est%C3%A9tica\\_de\\_la\\_co\\_creaci%C3%B3n\\_o\\_creaci%C3%B3n\\_de\\_una\\_est%C3%A9tica\\_nueva\\_Articulaci%C3%B3n\\_de\\_relatos\\_visuales\\_en\\_el\\_fotolibro](https://www.academia.edu/36116735/Est%C3%A9tica_de_la_co_creaci%C3%B3n_o_creaci%C3%B3n_de_una_est%C3%A9tica_nueva_Articulaci%C3%B3n_de_relatos_visuales_en_el_fotolibro)

Hernández, F. Aguirre, A. *Investigación en las Artes y la Cultura Visual*. (2012)

file:///C:/Users/HP/Downloads/Indaga\_t\_2.pdf

Hontanilla, B. Aubá, C. *Belleza y cirugía estética: consideraciones psicológicas y morales*. (2002)

<https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/39429/3/med%20y%20persona.pdf>

Le Breton, D. *Antropología del cuerpo y modernidad*. (2002)

<https://perio.unlp.edu.ar/catedras/iddi/wp-content/uploads/sites/117/2022/04/le-breton-antropologia-del-cuerpo-caps-1-2-3.pdf>

Levy, M.

<https://www.instagram.com/marialevyy/>

Lugones, M. *Colonialidad y género*. (2008)

<https://www.revistatabularasa.org/numero-9/05lugones.pdf>

Montero Granados, B. *Efectos del colorismo en la representación de las mujeres de raza no blanca en la publicidad de belleza y cuidado de piel en el público femenino de 20 a 35 años*. (2021)

[https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/658138/Montero\\_GB.pdf?sequence=3](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/658138/Montero_GB.pdf?sequence=3)

Pardo Cuenca, J. *Caso de muerte por lipoescultura: dictamen médico*. (2019)

<https://www.medigraphic.com/pdfs/cplast/cp-2019/cp191g.pdf>

POLIS Revista Latinoamericana. *Colonialidad, descolonización e interculturalidad*.

(2014)

<https://journals.openedition.org/polis/10164>

Portafolio. *Body Positive, el movimiento que debería ser tendencia*. (2021)

<https://www.portafolio.co/tendencias/body-positive-el-movimiento-que-deberia-ser-tendencia-559270>

Psico.mx. *Amor propio es...* (2023)

<https://www.psico.mx/articulos/amor-propio>

Quijano, A. *Colonialidad del poder, eurocentrismo y América Latina*. (1991)

<https://www.uv.mx/jose-marti/files/2018/08/Anibal-Quijano-Colonialidad-del-poder.pdf>

Quintar, E. *Crítica teórica, crítica histórica: las paradojas del decir y del pensar*.

(2018)

<https://www.archivosdeciencias.fahce.unlp.edu.ar/article/view/Archivose040/9704>

Quintero, P. *NOTAS SOBRE LA TEORÍA DE LA COLONIALIDAD DEL PODER Y LA ESTRUCTURACIÓN DE LA SOCIEDAD EN AMÉRICA LATINA*. (2010)

<https://core.ac.uk/download/pdf/61698027.pdf>

Rico Bovio, A. *El desgarramiento del cuerpo postmoderno*. 2020.

[http://repositorio.ugto.mx/bitstream/20.500.12059/5679/1/2A\\_El%20desgarramiento%20del%20cuerpo%20postmoderno.pdf](http://repositorio.ugto.mx/bitstream/20.500.12059/5679/1/2A_El%20desgarramiento%20del%20cuerpo%20postmoderno.pdf)

Ramos, C. *Modificación digital de la figura humana en la publicidad: Photoshop y el cuerpo humano*. (2007)

[https://www.academia.edu/35566241/Modificaci%C3%B3n\\_digital\\_de\\_la\\_figura\\_humana\\_en\\_la\\_publicidad\\_Photoshop\\_y\\_el\\_cuerpo\\_humano](https://www.academia.edu/35566241/Modificaci%C3%B3n_digital_de_la_figura_humana_en_la_publicidad_Photoshop_y_el_cuerpo_humano)

Sancho Cardiel, M. *El 'body positive', la respuesta a la perfección en la Red*. (2017)

[https://elpais.com/elpais/2017/07/25/estilo/1500992943\\_536176.html](https://elpais.com/elpais/2017/07/25/estilo/1500992943_536176.html)

Santos Diaz, E. *Construcción de la identidad digital a través del yo-objeto: proceso de auto-objetivación y su relación con la cosificación del cuerpo de las mujeres*. (2018)

file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-ConstruccionDeLaIdentidadDigitalATravesDeLaAutoobj-6703979.pdf

Savater, F. *EL AMOR PROPIO Y LA FUNDAMENTACIÓN DE LOS VALORES*. (2023)

file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-EIAmorPropioYLaFundacionDeLosValores-1048064.pdf

Segato, R. *Las nuevas formas de la guerra y el cuerpo de las mujeres*. (2014)

[https://www.feministas.org/IMG/pdf/libro\\_ritaurasegato.pdf](https://www.feministas.org/IMG/pdf/libro_ritaurasegato.pdf)

S.J, Taylor. Bogdan, R. *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. (1987)

<https://pics.unison.mx/maestria/wp-content/uploads/2020/05/Introduccion-a-Los-Metodos-Cualitativos-de-Investigacion-Taylor-S-J-Bogdan-R.pdf>

Suárez Garcia, C. *Gordofobia: Un tránsito entre la enfermedad y la cosificación del cuerpo femenino*. (2017)

<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/5641/Gordofobia%20Un%20transito%20entre%20la%20enfermedad%20y%20la%20cosificacion%20del%20cuerpo%20femenino.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Toulouse, L. *Conoce la historia de la fotografía*. (2021)

<https://www.toulouselautrec.edu.pe/blogs/historia-fotografia#:~:text=La%20fotograf%C3%ADa%2C%20como%20la%20conocemos,que%20no%20se%20desvaneci%C3%B3r%C3%A1pidamente>

Trila, M. *Amor propio*. (2019)

<http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/88107/Tesis.pdf?sequence=7>

Velázquez Torres, B. *El amor romántico. La erotización de la violencia patriarcal*. (2021)

file:///C:/Users/HP/Downloads/THESIS%2012.%20Amor%20Romantico.%20FINAL.pdf

Vice en español. *Víctimas de la negligencia y de la pobreza | TRANS | Episodio 2*. (2016)

[https://www.youtube.com/watch?v=Z9VfiEln\\_3s&t=258s](https://www.youtube.com/watch?v=Z9VfiEln_3s&t=258s)

Vizcarra Ugalde, S. *Evaluación de la percepción de imagen corporal por medio de la escala de Hopwood y de autoestima por medio de la escala de Rosenberg en pacientes con diagnóstico de cáncer de mama operadas de mastectomía radical en comparación con las operadas de cirugía conservadora*. (2020)

<https://repositorioinstitucional.uaslp.mx/xmlui/handle/i/7364>

Westreicher, G. *Colonialismo*. (2020)

<https://economipedia.com/definiciones/colonialismo.html#:~:text=El%20colonialismo%20es%20una%20situaci%C3%B3n,tomar%20decisiones%20de%20forma%20aut%C3%B3noma>

Wolf, N. *El mito de la belleza*. (2023)

<http://www.kubernetica.com/campus/documentos/bibliografia/WOLF-El-mito-de-la-belleza.pdf>

Zarco Iturbe, A. *Para ser bella, hay que ver estrellas: cuerpo, género y construcción de un estilo de vida "Fitness" en un gimnasio de la Ciudad de México*. (2009)

<https://repositorio.colmex.mx/concern/theses/bk128b09t>